อนุสรณ์
งานพระราชทานเพลิงศพ

คุณแม่ขวัญ รัตนวิจารณ์
ณ เมรุวัดธาตุทอง
วันอาทิตย์ที่ 24 กันยายน 2538

พระคุณของแม่

คำว่า "แม่" นั้นยิ่งใหญ่ หาใดเปรียบ
สุดจะเทียบ เทียมได้ ในโลกหล้า
เพราะแม่นั้น ให้กำเนิด เกิดลูกมา
คุณของค่า น้ำนม หาใดปาน

แม่มีแต่ คำว่า "ให้" ไม่คิดรับ
แม่ให้ทรัพย์ ให้วิชา ให้อาหาร
ให้ชีวิต ให้ความคิด ให้วิญญาณ
สุดประมาณ จะนับได้ มากมายจริง

บทประพันธ์ในหนังสือ **แม่**พระในบ้าน
โดย พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)



คุณแม่ขวัญ รัตนวิจารณ์

ชาตะ 2444

มรณะ 9 มิถุนายน 2538

(แบบ ค.)

หมายรับสั่งที่ ๑๙๐๖๐ สำนักพระราชวัง

14 กันยายน 2538

พระราชทานเพลิงศพ นางขวัญ รัตนวิจารณ์ เป็นกรณีพิเศษ ณ เมรุวัดธาตุทอง กรุงเทพมหานคร

วันอาทิตย์ ที่ 24 กันยายน 2538 เวลา 14.00 น. พระราชทานเพลิง.

วิน พิมพ์/[illegible]/ทาน.

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ นางขวัญ รัตนวิจารณ์ เพื่อทราบ เครื่องพระราชทานเพลิงและเจ้าพนักงานผู้เชิญมานี้ เจ้าภาพไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายอย่างใดทั้งสิ้น.

ทั้งนี้ ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ขาดเหลือ ถ้าสงสัยก็ให้ถามผู้รับรับสั่งโดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง

ชีวประวัติ

ชีวิตและชีวประวัติล้วนแล้วเป็นอนัตตา

ผู้วายชนม์ก็ได้เคยเห็นว่าเป็นเช่นนั้น

ผู้จัดทำหนังสือนี้จึงปล่อยให้เป็นไปตามสภาวธรรมของอนัตตา

จึงไม่นำมาลงพิมพ์ ณ ที่นี้

ด้วยอำนาจการถึงในอนัตตาแม้เพียงบางส่วนจงดลบันดาลให้

นางขวัญ รัตนวิจารณ์

ผู้วายชนม์ไปสู่สุคติในสัมปรายภพเทอญ

จาก บุตร-ธิดา และญาติ ๆ

อารัมภบท

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร เป็นพระประจำครอบครัวของครอบครัวเรามานานเกือบห้าสิบปีแล้ว ผู้วายชนม์ได้กราบไหว้บูชาพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร อยู่เป็นนิจทุกวัน และได้ให้ความเคารพนับถืออย่างสูงสุด ประดุจได้มอบกายถวายชีวิตต่อท่านมาตลอดจวบจนวาระสุดท้ายของชีวิต ผู้จัดทำจึงขออัญเชิญบทธรรมะและพระธรรมเทศนาของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร บางประการมาเสนอแด่ท่านผู้อ่านที่เคารพเพื่อเป็นธรรมทาน

บุตร ธิดา ฯลฯ

สมเด็จพระสังฆราชญาณสังวร ทรงกล่าวว่า. . .

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร นับเป็น

"ปูชนียภิกษุ" รูปหนึ่ง การบำเพ็ญ

สมณธรรม ตลอดถึงกรณียกิจน้อย

ใหญ่ที่ท่านได้ปฏิบัติมาแล้ว ล้วนแต่

สมควรถือเป็นอนุสาวรีย์แห่งชีวิต

ของท่าน ที่บรรดาศิษยานุศิษย์ผู้มี

น้ำใจมั่นในกตัญญูกตเวทีตามธรรม

จะพึงบูชาด้วยการประพฤติปฏิบัติ

ตามเยี่ยงอย่างตลอดกาลทุกเมื่อ. . .

(คัดมาจากส่วนหนึ่งในหนังสือประวัติของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร พิมพ์แจกในงานเสด็จพระราชดำเนินพระราชทานเพลิงศพของท่าน ณ วัดป่าอุดมสมพร จังหวัดสกลนคร - 21 มกราคม 2521)

เรื่องที่ 1

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร
แสดงพระธรรมเทศนา*
ณ วัดป่าอุดมสมพร จังหวัดสกลนคร
เมื่อวันที่ 18 สิงหาคม พ.ศ. 2518

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

พระรัตนตรัยคืออะไร คือ พระพุทธเจ้าหนึ่ง พระธรรมหนึ่ง พระสงฆ์หนึ่ง เรามี "พุทโธ" คือ พระพุทธเจ้าเป็นสรณะที่พึ่ง "ธัมโม" คือ พระธรรมเป็นสรณะที่พึ่ง "สังโฆ" คือ พระสงฆ์เป็นสรณะที่พึ่ง รวมเป็นรัตนสามเท่านี้ที่เป็นสรณะที่พึ่งของเรา นอกนั้นพึ่งไม่ได้สักอย่างเดียว ถ้าใครมาว่าพึ่งสิ่งโน้นได้สิ่งนี้ได้ทั้งหมดอย่าไปเชื่อเขา เชื่อพระพุทธเจ้าท่าน พระพุทธเจ้าเป็นสรณะที่พึ่ง นอกนั้นไม่มีที่พึ่งอะไรในสามโลก ตัวเราก็พึ่งไม่ได้ ข้าวของเงินทองก็พึ่งไม่ได้ ฤกษ์งานฤกษ์การก็พึ่งไม่ได้ ชาวบ้านร้านตลาด ประเทศชาติก็พึ่งไม่ได้ ขาดพระพุทธเจ้าองค์เดียว (รู้) พึ่งอะไรไม่ได้สักอย่าง

พุทโธ คือ พระพุทธเจ้า พุทธะ คืออะไร พุทธะ คือ ความรู้ ขาดความรู้คนเราทำอะไรเป็นเล่า คือคนตายใช่ไหมล่ะ ทำอะไรก็ไม่ได้ พึ่งก็ไม่ได้ ต้องมีความรู้ ให้ดูตรงนี้ (ท่านชี้ที่หน้าอก ซึ่งหมายถึงใจ) *เรามีอันนี้เป็นที่พึ่งของเรา พุทธะ คือ ความรู้ ถ้ามีความรู้แล้วพึ่งได้หมด อะไร ๆ ก็พึ่งได้*

เมื่อเรารู้แล้วก็ให้ทำ (ทำ หมายถึง ธรรม) สิ่งใดที่เราไม่ได้ทำไว้ ก็ไม่มีอะไรเป็นที่พึ่ง อยากได้สิ่งใดก็ไม่ได้ เพราะเราไม่ได้ทำสิ่งนั้นไว้ ใคร ๆ ก็อยากได้ด้วยกันทั้งนั้น แต่ไม่ได้ทำไว้ ไม่ได้สร้างไว้ มันก็ไม่ได้น่ะซี ถ้าเราได้ทำไว้ ได้สร้างไว้ อยากได้สิ่งใดก็จะได้สิ่งนั้น เหมือนกับที่เราได้สร้างมา ถ้าเราไม่ได้ทำไว้ เช่นอยากได้ศาลา งบทุนมันก็ไม่ได้หรอก หากเราได้สร้างไว้ก็จักได้น่ะซี

---

* เป็นพระธรรมเทศนาต่ออุบาสก อุบาสิกาทั่วไป – ผู้จัดทำ

นี่แหละคนเรา อุปมาเหมือนการทำนา คนไม่ได้ทำนาแต่ขอให้ได้ข้าวเต็มยุ้งเต็มฉาง จะได้ข้าวไหมล่ะ มันก็ไม่ได้น่ะซี ถ้าเขาได้ทำไว้เต็มนาแล้ว ถึงไม่อยากได้ มันก็ได้ไม่ใช่เหรอ นี่แหละ...รู้จักไว้

พระสงฆ์เป็นที่พึ่งของเรา เราก็พึ่งได้ สิ่งใดเราไม่ได้ปฏิบัติไว้ ก็พึ่งไม่ได้ พึ่งได้แต่สิ่งที่เราได้ปฏิบัติไว้เท่านั้น ให้พิจารณาเอา... พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระพุทธเจ้าอยู่ที่ไหนล่ะ พุทธะอยู่ที่ใจของเรา พุทโธ พุทโธ...นึกอยู่ที่ใจ ใจเป็นผู้ระลึก นี่แหละ – ให้ดูนี่ (ท่าชี้ตรงที่อกด้านซ้าย และสงฆ์ หมายถึง ปฏิบัติ)

ดวงดีเป็นยังไง ดวงดี คือใจเราดีมีความสุขความสบาย เย็นอกเย็นใจ ไม่ทุกข์ไม่ร้อน ไม่วุ่นไม่วาย สบาย... ใจเราดี ทำอะไรก็ดี การงานก็ดี การเงินการทองก็ดี ทำมาหากินก็ดี ค้าขายก็ดี เป็นข้าราชการก็ดี ครอบครัวก็ดี ชาวบ้านร้านตลาดก็ดี ประเทศชาติก็ดี ไปไหน ๆ ก็ประสบพบเห็นแต่สิ่งที่ดี เพราะใจเราดี เห็นไหมล่ะ จำไว้ซี

ถ้ากลัวผีกลัวสาง ให้นึก "พุทโธ พุทโธ..." ขึ้นมา ความกลัวก็จักหายไป จะกลัวทำไมล่ะผี ขณะที่ใจเราไม่ดี ก็นึก "พุทโธ พุทโธ..." พุทธะ คือ ความรู้ เมื่อเรารู้แล้ว สิ่งที่ไม่ดีก็จักหายไป ถ้าใจมันขี้เกียจขี้คร้าน ก็ให้นึก "พุทโธ พุทโธ..." ขึ้นมา คนขี้เกียจดีไหมล่ะ ไม่ดีไม่ใช่เหรอ เมื่อรู้ว่าไม่ดีก็เลิกเสียซี ขยันมาก ๆ ซี จึงจะดี

พุทโธ คือ ความรู้นี่แหละ จะเป็นใหญ่เป็นโตก็ต้องอาศัยความรู้ ไม่มีความรู้ก็เป็นไม่ได้ ถึงอยากได้ ก็ไม่ได้ เพราะตนไม่มีความรู้ ถ้ารู้แล้วทำได้ปฏิบัติได้ นี่แหละดวงดีละ พิจารณาดูว่าใจเราดีหรือยัง ถ้าใจเราดี ดวงเราก็ดีหมดเคราะห์ หมดโทษ...

ดวงไม่ดีเป็นอย่างไร คือใจไม่ดีนี่แหละ ใจไม่ดี ทำอะไรก็ไม่ดี หาอะไรก็ไม่ได้ การงานก็ไม่ดี ครอบครัวก็ไม่ดี ชาวบ้านร้านตลาด ประเทศชาติก็ไม่ดี ประสบพบเห็นสิ่งใด ๆ ก็ไม่ดี ที่ใจเราไม่ดีนี่แหละ ดวงไม่ดีละ ใจไม่ดี ทำอะไรก็ไม่ดี เขียนหนังสือก็ไม่ดี เมื่อใจเราไม่ดีแล้ว ให้รู้สึกและนึกพุทโธ พุทโธ... ขึ้นมาจนกว่าจะหาย ครั้นใจเราดีแล้ว ความชั่วทั้งหลายก็หายไปหมด

เปรียบอุปมาเหมือนกับความมืด เมื่อเราจุดไฟขึ้น ความมืดก็หายไปฉันใด เมื่อใจเราดีแล้ว ความชั่วทั้งหลายก็หายไปฉันนั้น ตอนนี้คงรู้จักดวงดีกันแล้ว ต่อไปอย่าไปให้หมอดูเขาโกหกเอาเปล่า ๆ คนเรามักหลงให้คนหลอกกินเงิน ถูกคนหลอกลวง ให้รู้ไว้น่ะ

พระพุทธเจ้าให้นั่งพิจารณาดู และให้เข้าวัดทุกวัน จะนั่งอยู่ก็ดี จะนอนอยู่ก็ดี กราบที่พึ่งของเราเสียก่อน คือกราบครั้งที่หนึ่ง "พุทโธ" นึกถึงพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งของเรา กราบครั้งที่สอง "ธัมโม" นึกถึงพระธรรมเป็นที่พึ่งของเรา กราบครั้งที่สาม "สังโฆ" นึกถึงพระสงฆ์เป็นที่พึ่งของเรา เข้าวัดพักนี้แหละ เอาใจของเรานึกพุทโธ ธัมโม สังโฆ สามหนแล้วมารวมว่า พุทโธ พุทโธ พุทโธ...อย่างเดียว รักษากาย หลับตาหุบปาก ลิ้นก็ไม่กระดุกกระดิก ระลึก "พุทโธ" ไว้ในใจนี่แหละเขาวัดกันตรงนี้ (ท่านเอาคืบนิ้วชี้วัดตรงที่หัวใจ) วัดเพื่อเหตุใด เพื่อให้รู้ว่าใจเราน่ะดีหรือไม่ดี ใจดีเป็นอย่างไร ใจเราดีก็มีความสุข ความสบายเย็นอกเย็นใจไม่เดือดไม่ร้อน พุทโธ – กายเราเบิกบาน พุทโธ – ใจเราสว่างไสว พุทโธ – ใจเราผ่องใสเหมือนน้ำใส กระจกใสหรือแก้วใส เห็นตนเป็นบุคคลอื่น มองเห็นเรามองเห็นเขา มองเห็นงานมองเห็นการ มองเห็นความสุขความทุกข์ของเรา

เราเกิดมา... มองเห็นเรามีชีวิต เราก็รักชีวิตของเราไม่ใช่เหรอ ใคร ๆ ก็มีชีวิตเหมือนกันทุกคน รักชีวิตและสิ่งของด้วยกันทุกคน เมื่อเป็นเช่นนี้ มนุษย์เราก็ไม่ควรเบียดเบียนซึ่งกันและกันซี เขาเบียดเบียนเรา เราก็ไม่ชอบไม่ใช่เหรอ เขาก็ไม่ชอบไม่ใช่เหรอ เขาขโมยเรา มันก็ไม่ดีไม่ใช่เหรอ อยากได้ไหมล่ะ เราขโมยเขา มันก็ไม่ดีเหมือนกัน เขามาฆ่าเราล่ะ เราก็ไม่อยากได้ มันไม่ดี เราไปฆ่าเขาล่ะ เขาก็ไม่อยากได้ มันไม่ดี เมื่อเป็นเช่นนี้ มนุษย์เราก็อย่าเบียดเบียนซึ่งกันและกันซี

หัวใจคนเราน่ะ มันมืดดังกลางคืน เพราะไม่ได้เข้าวัด ดูซี มองเห็นตัวเห็นตนเมื่อไรล่ะ นี่แหละ บ้านเมืองของเราจึงวุ่นวายนัก เหตุเพราะไม่นึกถึงตัวเราตัวเขา เช่น พาเขาไปจี้บ้าง พาเขาไปปล้นบ้าง ทำให้สัตว์ทั้งหลายตกทุกข์ได้ยากวุ่นวายไปหมด อย่างนี้มันจะดียังไง หากมองเห็นตนก็จะระลึกถึงตัวเองได้ นี่แหละเข้าถึงวัดแล้ว คือ วัดใจเราให้รู้ว่า ใจเราดี – ไม่ดีอย่างไร ดังอธิบายให้ฟังแล้ว

ข้อสำคัญพึงให้เข้าใจ ของดีของไม่ดีให้รู้ อันนี้ดี อันนั้นดี อะไรบ้างที่ดีให้หาเข้ามา อาตมาหามาแล้ว พระพุทธเจ้าท่านก็หา ท่านเสด็จออกสู่อภิเนษกรมณ์ กระทำทุกกรกิริยาอยู่ถึงหกปี ท่านจึงได้ตรัสรู้ ครั้นรู้แล้ว ท่านได้วางศาสนาไว้ให้แก่พวกเรา ได้สอนได้เรียนและปฏิบัติกันอยู่เวลานี้

เมื่อก่อนนี้ (ชาวอินเดีย) พากันถือศาสนาพราหมณ์ เช่น ถือฤกษ์ดียามดี เคราะห์ดีเคราะห์ร้าย ถือโลกาวินาศ เสดาะเคราะห์ เสดาะนาม เมื่อพระพุทธเจ้าตรัสรู้แล้ว ท่านไม่สอนแบบพราหม์ ท่านเลิกหมด คนเราที่เกิดมาในโลกนี้ มีความปรารถนาอยู่สามนัยไม่ใช่เหรอ

นัยหนึ่ง ต้องการวัตถุข้าวของเงินทองมาก ๆ

นัยสอง ต้องการรูปสวย ๆ งาม ๆ อายุยืนนาน ไม่มีโรคไม่มีภัย

นัยสาม ต้องการมีสติปัญญาเฉลียวฉลาด

แต่เหตุใดเล่า คนเราจึงมักไม่สมความมุ่งมาดปรารถนา คือเราไม่ได้ทำไว้ไม่ได้สร้างไว้ ถ้าทำไว้แล้ว ไม่ต้องปรารถนาก็ได้เอง

อานิสงส์การมีทรัพย์มาก คือเราได้สร้างไว้ เราได้ทำไว้ เราได้บริจาคไว้ ทรัพย์สมบัติอันนี้แหละเป็นของเรา ตามเราไปในภพใดชาติใด ทั้งปัจจุบันและเบื้องหน้า จะเป็นคนไม่อดไม่อยาก เพราะเราได้ทำของเราไว้แล้ว ได้สร้างไว้แล้ว เป็นของของเราแล้ว โจรหรือมารจะมาแย่งชิงของเราก็ไม่ได้ เป็นของของเราแน่นอน ถ้าเราไม่ได้ทำไว้ ถึงอยากได้มันก็ไม่ได้น่ะซี อานิสงส์ของการให้ทาน การสละ และการบริจาค เป็นของของเราทั้งหมด ไม่ใช่เป็นของใคร เพราะเราได้ทำของเราไว้ เหมือนกับการรับประทานอาหาร เรารับแล้วใครอิ่มล่ะ เราอิ่มไม่ใช่เหรอ เรามีแรงไม่ใช่เหรอ คนไม่รับเขาก็ไม่อิ่ม ไม่มีแรง เมื่อเราทำบุญ บุญนี้ก็เป็นของเรา ไม่ใช่เป็นบุญของพระพุทธเจ้า ไม่ใช่เป็นของพระอริยเจ้า ไม่ใช่เป็นของพระสงฆเจ้า ย่อมเป็นของของตน นี่แหละ พึงระลึกไว้ ที่เราได้ทำทานไว้แล้ว ย่อมเป็นคนไม่อดไม่อยาก เพราะผลทานนั้น เมื่อเกิดมาในภพใดชาติใดก็ดี แม้ในปัจจุบันนี้ก็ดี ย่อมเป็นคนไม่ทุกข์ไม่จน

นัยสอง ต้องการรูปสวย ๆ งาม ๆ แต่บางคนทำไมไม่สวยล่ะ ท่านให้รักษาศีล ศีลห้าน่ะจำได้ไหม อย่าไปโกหกกับพระหลาย (มากนัก) อย่าไปขอกับ

พระมาก รู้ไหมล่ะศีลน่ะเราได้มาตั้งแต่เกิดแล้ว จะไปขอกับใครอีกล่ะ ศีลห้าเปรียบได้แก่ขาสอง แขนสอง ศีรษะหนึ่ง ได้ตัวศีลห้ามาพร้อมแล้ว จะไปขอศีลห้ากับใครอีกล่ะ จะไปขอศีรษะกับใคร จะไปขอแขนขอขากับใครล่ะ ใครเล่าเขาจะให้หือ!

เมื่อเรามีนโมแล้ว ท่านบอกว่า พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะที่พึ่ง อย่าเอาห้าอย่างนี้ (ศีรษะหนึ่ง แขนสอง ขาสอง) ไปทำเป็นโทษห้า คือ ทำปาณา - ก็โทษ (ความผิด) ไม่ใช่ศีล ท่านให้ละเว้น กาเม - ก็โทษ (ความผิด) ไม่ใช่ศีล ท่านให้ละเว้น มุสา - ก็โทษ (ความผิด) ไม่ใช่ศีล ท่านให้ละเว้น สุรา - ก็โทษ (ความผิด) ไม่ใช่ศีล ท่านให้ละเว้นทั้งนั้น

เดี๋ยวนี้เรื่องยุ่งยากเกิดขึ้นมาก ก็เพราะห้าอย่างนี้เท่านั้น ไม่ได้ยุ่งยากจากอย่างอื่นเลย คือกลัวคนมาฆ่า กลัวคนมาขโมย กลัวคนทำผิดในกาม กลัวคนมุสาฉ้อโกงหลอกลวง กลัวคนขี้เมามาอาละวาดเหล่านี้ มีใครอยากได้หรือไม่ เมื่อไม่อยากได้ ท่านให้ละเว้นเสีย ผู้ใดละเว้นจากโทษห้าอย่างนั้นได้แล้ว ก็จักเป็นคนสวยคนงาม มีความสุขความสบาย... ท่านว่า "สีเลนะสุคะติงยังติ" คนจะไปสู่สุคติได้ก็เพราะศีล "สีเลนะโภคะสัมปะทา" ผู้จะถึงพร้อมด้วยโภคสมบัติได้ก็เพราะศีลอันนี้คือผลที่ได้ละเว้นจากโทษห้า เมื่อโทษไม่มีแล้วทำอะไรก็สะดวก ไม่ขัดไม่ข้องจะมีอันใดเล่า คนขโมยก็ไม่มี คนฉ้อโกงหลอกลวงก็ไม่มี การฆ่ากันก็ไม่มี การผิดในกามก็ไม่มี คนเมาสุราก็ไม่มี เมื่อเป็นเช่นนี้ เราจะทำการงานอะไรก็สะดวก มีความสุขกายสบายใจ มีแต่ความเจริญ ไม่อดไม่อยาก ทำมาค้าขาย ทำไร่ทำนาทำสวน ทำราชการ ทำงานใด ๆ ไม่ขัดไม่ข้อง สะดวกทุกอย่าง เพราะคนเรามีศีล คือกายวาจาใจเป็นปกติดีแล้ว ทำอะไรก็ดีมีความเจริญทุกอย่าง...เข้าใจหรือยัง

นี่แหละ ที่พวกเราพากันมาประกอบการบุญการกุศล เข้าวัดเข้าวา คนเข้าวัดนั้นมีน้อย เพราะคนตามืดมีมาก จึงไม่เห็นวัด ตาไม่ได้เข้าวัด ที่มาวัดนี่ต้องวัดทุกคนนะ รู้จักวัดหรือยัง วัดอย่างนี้ (ท่านเอานิ้วชี้กับนิ้วหัวแม่มือวัดตรงตำแหน่งของหัวใจ) **วัดตรงนี้นะ นี่ที่พักไม่ใช่เหรอ** (ท่านชี้ที่ศาลาวัด) **ไม่ใช่วัด นี่! วัดตรงนี้** (ท่านชี้ตรงหัวใจอีก) **เข้าวัดทุกวัน ๆ ซี ในรถก็เป็นวัด ในรถก็วัดน่ะ วัดตรงนี้** (ท่านชี้ที่หัวใจ) **เดินยืนวัดได้ทั้งนั้น คนเราไม่รู้จักวัด นั่งในรถน่ะวัดสิ วัด**

ให้รู้ว่าใจเราดีหรือไม่ดี ถ้าใจเราไม่ดีก็นึก "พุทโธ พุทโธ..." ขึ้นมา ไม่ดีมันก็จะหายไป มิใช่อื่นไม่ดี ใจเราต่างหากที่ไม่ดี เมื่อใจเราไม่ดีแล้ว สิ่งที่ประสบพบเห็นก็ไม่ดี ของไม่ดีเราก็ไม่อยากได้ มิใช่คนอื่นเขาว่าอะไร ๆ เราไม่ดี แท้ที่จริงใจเราซีไม่ดี ให้คิดดู...

อุปมาให้เห็นดังนี้ เช่น บุตรกับบิดามารดา ภรรยากับสามี รักกันมากที่สุดไม่ใช่เหรอ เรารักใคร่ชอบใจกันปานใดให้รู้ เมื่อใจเราดีด้วยกันทั้งสองฝ่ายแล้ว ก็ไม่ทะเลาะกันไม่ใช่เหรอ แต่ถ้าใจเราไม่ดีกันแล้ว ก็ทะเลาะกันวุ่นวายกันใช่ไหม นี่แหละ เพราะใจไม่ดีด้วยกัน จึงเกิดทะเลาะกันขึ้น นี่ก็เหมือนกัน ถ้าใจไม่ดีก็จะประสบพบเห็นแต่สิ่งที่ไม่ดี เมื่อเห็นสิ่งที่ไม่ดีให้นึก "พุทโธ พุทโธ..." ตัดมันเสียเพราะเราไม่ต้องการสิ่งเหล่านี้ ถ้าใจเราดี รูปร่างผิวพรรณก็มีน้ำมีนวล ดูสวยงามหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใส ก็เพราะใจเราดีแล้ว หรือว่าไง คนใจดีทำงานการอะไรก็แคล่วคล่อง ถูกต้องทุกอย่าง เกิดผลดีงามตามมา ถ้าดับขันธ์ในขณะใจดีใจสบายทำบุญทำกุศล ทำคุณงามความดี ก็จักได้เป็นเทพบุตรเทพธิดา พระอินทร์พระพรหมบนสวรรค์พู้น (โน้น)... ถ้าไม่ได้ไปสวรรค์ จะมาเกิดเป็นมนุษย์ชั้น "มนุสโล" ซึ่งสูงกว่ามนุษย์ธรรมดาสามัญ จักได้เป็นท้าวพระยามหากษัตริย์ เป็นเศรษฐีคหบดี เป็นคนสวยงามมั่งมีศรีสุข เป็นคนไม่ทุกข์ไม่จน ไม่อดไม่อยาก เป็นนายร้อยนายพัน นายพลจอมพล ดังกล่าวมานี้แหละ คือผลของความเป็นคนใจดี ใคร ๆ ก็อยากได้ดีทุกคนไม่ใช่หรือ แต่ทำไมจึงไม่ได้ล่ะ ก็เพราะเป็นคนใจไม่ดีน่ะซี จึงมีรูปร่างขี้ร้ายขี้เหร่ หน้าตาบิดเบี้ยวใช่ไหมล่ะ ใจไม่ดีแล้วรูปร่างก็ไม่ดี ทำอะไรก็ไม่ดี ไม่สวยไม่งาม ครั้นดับขันธ์แล้วจะไปเกิดเป็นอะไรล่ะพู้น (โน้น)... ไปเกิดเป็นเปรต เป็นสัตว์ดิรัจฉาน สัตว์นรก ถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นคนต่ำช้าเลวทราม เป็นใบ้เป็นบ้า เสียจริตผิดมนุษย์ทั้งหลาย จมูกบี้ หูนวกตาบอด ปากหยิกกระจอกงอกง่อย ขี้ทูดกุฏฐัง (โรคเรื้อน) ตกระกำลำบาก นี่แหละ ใจไม่ดีเป็นอย่างนี้ จะว่าไง อยากได้ไหมล่ะ

เพราะฉะนั้น ให้เข้าวัด คือวัดดูที่ใจของเราน่ะ ให้รู้ว่าดีหรือไม่ดี เมื่อเห็นว่าใจไม่ดี ก็ให้นึก "พุทโธ พุทโธ..." ขึ้นมา โทษก็จะไม่เกิดแก่เรา เราไม่อยากได้

ใช่ไหม เมื่อโทษไม่เกิดแล้ว ความดีทั้งหลายก็จักเกิดแก่เรา เราจะได้สิ่งใดก็ล้วนแต่ที่ดี ๆ งาม ๆ ทั้งนั้น เข้าใจหรือยัง เป็นคนใจดีหรือยัง

เรานับถือพระพุทธศาสนา อะไรเป็นพระพุทธศาสนา ตัวศาสนาอยู่ที่ไหน ท่านบัญญัติศาสนาไว้ที่ไหน ธรรมทั้งหลายอยู่แห่งใดเล่า ท่านก็บัญญัติตัวคนนี่แหละเป็นพระพุทธศาสนา ท่านไม่ได้สอนดินฟ้าอากาศ ต้นไม้ ภูเขาเหล่ากอ เรื่องนี้ทางจังหวัดโน้น... อาจารย์มหาวิทยาลัยมาบอกว่า "ศาสนาคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเทศนาว่า บุญบาปนรกสวรรค์เหลือเชื่อ" อาตมาว่า "จะเชื่อหรือไม่เชื่อก็แล้วแต่..." ศาสนาคืออะไร อะไรเป็นศาสนา ศาสนาแปลว่ายังไง ศาสนาก็คือคำสั่งสอน ท่านสอนอะไร ท่านสอนคน สอนกาย สอนวาจา สอนใจของคน สอนเพื่อเหตุใด เพื่อไม่ให้เราได้ทุกข์ได้ยาก นี่แหละ ท่านสอนอย่างนี้ ความทุกข์ยากลำบากน่ะเราอยากได้หรือ ความทุกข์ยากลำบากนั้นก็คือนรกนั่นเอง ความทุกข์มิใช่อยู่บนท้องฟ้าอากาศ ทุกข์อยู่ตรงไหน บาปก็อยู่ตรงนั้น นรกก็อยู่ตรงนั้น ผู้ใดได้ยินได้ฟังแล้ว พิจารณาให้เห็นให้รู้ ประพฤติไม่ดีก็ได้ทุกข์ได้ยาก ท่านสอนให้เราทำคุณงามความดี เพื่อให้เรามีความสุขความสบาย และมีความเจริญ ความสุขความเจริญนี่แหละเป็นตัวบุญล่ะ อะไรล่ะเป็นสุข กาย-ใจของเราน่ะซีเป็นสุข กาย-ใจของเราได้ดีไม่ใช่สิ่งอื่นได้ เชื่อหรือไม่เชื่อก็แล้วแต่... อะไรดี - ไม่ดีก็ให้พิจารณาดูบุญนั่นแหละคือความดี ความสุขความสบาย ความไม่ทุกข์ไม่ยาก ความไม่ลำบากรำคาญ ความไม่อดไม่จน เรามีอายุอยู่ได้ก็เพราะบุญ พระท่านบัญญัติเป็นศาสนาไว้ดังนี้

การทำบุญ บางแห่งมีคนเขาว่า "ทำบุญก็ไม่เห็นตัวบุญ" ทางเมืองโคราชก็ว่า "ทำบุญน่ะเห็นตัวไหม" "เหมือนสูบบุหรี่ไหม" อาตมาบอกว่า "อ้าว! ทำไมจึงว่ายังงั้นเล่า" เขาว่า "มันไม่เห็นโต (ตัว) บุญนี่" แล้วถามเขาว่า "บุญเป็นยังไง" เขาว่า "ไม่รู้" จึงว่า "คนไม่รู้บุญรู้บาปจะเห็นได้ยังไง บาปก็นั่งอยู่นี่ บุญก็นั่งอยู่นี่ จะว่ายังไงล่ะคนไม่รู้" แล้วบอกเขาต่อไปว่า "เรื่องของบุญน่ะเป็นยังงี้เอ้า! ฟังดูซี ใจเรามีหรือไม่มี เราทำคุณงามความดี ใจเราดีมีความสุขความสบายมีไหม?" เขาตอบว่า "มี" แน่... "จะว่าไม่มีได้ยังไงล่ะ ส่วนบาปนั้น มีอาการและลักษณะเป็นดังนี้ ให้ดูในตัวเราว่ามีไหม เช่น เราทำไม่ดี ใจเราไม่ดี แล้วเกิด

ทุกข์เกิดยาก เดือดร้อนวุ่นวายต่าง ๆ มีไหม?" เขาตอบว่า "มี" "นั่นแหละตัวบาปล่ะ ตัวบาปก็คือความทุกข์ยากดิ้นรนเดือดร้อนต่าง ๆ ที่เกิดกับตัวเรา คือศีรษะดำ ๆ คอกิ่ว ๆ ไม่ใช่อื่นหรอก" (คือตัวเราเอง) ปริมณฑลศาสนาท่านตรัสว่า ไม่น้อยไม่ใหญ่ เท่าตัวคนนี่แหละ คือความกว้างหนึ่งศอกกำมา ความหนาหนึ่งคืบ ความยาวหนึ่งวา อยู่ที่ไหนล่ะ "กว้างศอกยาววาหนาคืบ" น่ะ อยู่ที่ตัวเรานี่แหละ วัดจากไหล่ซ้ายถึงไหล่ขวานี้ ศอกกำมาไม่ใช่เหรอ (ท่านชี้นิ้วประกอบ) วัดจากหน้าอกจดสันหลัง ก็คืบเดียวไม่ใช่เหรอ (ท่านใช้นิ้วคืบวัดตรงสีข้าง) วัดจากศีรษะมาจดพื้นก็วาเดียวไม่ใช่เหรอ (ท่านชี้ที่ศีรษะลงมาพื้น) นี่แหละมีเท่านี้ ทุกข์ก็อยู่ในนี้ สุขก็อยู่ในนี้ ชั่วก็อยู่ที่นี่ ดีก็อยู่ที่นี่ ไม่ใช่อยู่ที่อื่น เราเกิดมาทั้งหมดมีเท่านี้ เพราะฉะนั้นท่านให้พิจารณาเลือกเฟ้น นำเอาธรรมมาประพฤติปฏิบัติ เพื่อให้เกิดคุณงามความดี มีความสุขความสบาย และความเจริญแก่ตัวเรา ท่านให้รักษาศีลก็คือให้รักษากายวาจาให้เรียบร้อย และรักษาใจให้ดี โดยหมั่นภาวนาว่า "พุทโธ พุทโธ..." เปรียบเหมือนเรารับประทานอาหาร เราก็เลือกรับไม่ใช่เหรอ เช่น แกงหรือปลา เราจะรับทั้งหมดหรือ เราก็เลือกรับไม่ใช่เหรอ หรือไม่เลือก ก็ต้องเลือกซีมิฉะนั้นก้างก็จะขวางคือตายเท่านั้นแหละ ใจเรานี้ก็เหมือนกัน มีทั้งดีทั้งชั่ว ก็ต้องพิจารณาเลือกเฟ้นรับเอา เป็นต้นว่า ใจทุกข์ใจยาก ใจนรกใจสวรรค์ ใจจนใจมั่งมีศรีสุขมีอยู่ทั้งนั้น ให้เราเลือกเอาซี ถ้าจะให้ใจดีก็นึก "พุทโธ พุทโธ..." นี่แหละเป็นที่พึ่งของเรา ไม่มีอื่นไกล

กรรมก็เป็นของเรา เป็นที่พึ่งของเราเหมือนกัน ท่านกล่าวว่า "กัมมัสสโกมหิ..." มีกรรมเป็นของตน เป็นที่พึ่งของตน มิใช่อื่นไกล กรรมไม่ได้อยู่บนฟ้าอากาศ ภูเขาเหล่ากอ ในบ้านในเมือง ในถนนหนทาง กายกรรม กรรมเกิดจากกาย วจีกรรม กรรมเกิดจากวาจา มโนกรรม กรรมเกิดจากใจ ไม่ใช่เกิดจากที่อื่นไม่เป็นอย่างอื่น เป็นของของเรา ทำกรรมที่เป็นบุญหรือเป็นบาปอย่างใด ย่อมได้รับผลอย่างนั้น ดังที่ท่านว่า "กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา ตัสสทายาโท ภวิสสามิ" เราทำกรรมอันใดไว้ เป็นบุญหรือเป็นบาปก็ตาม เราจะได้รับผลของกรรมนั้นสืบไป

ตามเนื้อความดังกล่าว เราจะได้รู้ว่า กรรมดีหรือกรรมชั่วเป็นอย่างไร "กัลยาณัง" คือกรรมดี ก็ได้แก่ใจเราดีนั่นแหละ ใจเราดี มีความสุขความสบาย

เย็นอกเย็นใจ ไม่ทุกข์ไม่ร้อน สบาย... นี่แหละคือกรรมดี ผลที่ได้รับก็เป็นความดี ทำอะไรก็ดี นั่งก็ดี นอนก็ดี เดิน – ยืนก็ดี ไปไหน ๆ ก็ดี "ปาปะกัง วา สุกัง" ผลที่ได้รับอันเป็นโทษ (ความผิด) คือใจเราไม่ดีไงเล่า เมื่อใจไม่ดี ทำอะไรก็ไม่ดี ทุกข์ยากวุ่นวายเดือดร้อน ไปไหนก็ได้รับความลำบาก เมื่อพิจารณารู้แล้วว่ากรรมดีเป็นยังไง กรรมชั่วเป็นยังไง ก็ให้เลือกเฟ้นเอาแต่กรรมที่ดีซี ภาวนา "พุทโธ พุทโธ..." ทำใจให้เบิกบานดังได้อธิบายให้ฟังแล้ว นี่แหละพากันจำไว้

พวกเรานี่รู้จักพระกันหรือยัง นี่ไงล่ะพระ (ท่านชี้ที่ตัวซึ่งหมายถึงพระไตรปิฎกทั้งหมดอยู่ในตัวของเรา) ทุกคนให้รู้จักพระ ต้องกราบพระ (ท่านหมายถึงพระธรรม คือกาย – ใจ) อย่าเที่ยวหาแต่พระข้างนอกนะ ในบทพระธรรมคุณท่านว่า "เอหิปัสสิโก" จงเรียกร้องสัตว์ทั้งหลายให้มาดูธรรม ท่านไม่ให้ไปดูธรรมภายนอก (หมายถึงนอกกาย – ใจเรา) ท่านให้มาดูธรรม ดูธรรมที่ไหนเล่า ก็ดูรูปธรรม – นามธรรมที่ตัวเรานี่แหละ รูปธรรมก็คือสภาพร่างกายของเรา มีขาสอง แขนสอง ศีรษะหนึ่ง นามธรรมก็คือดวงใจของเรา ผู้คิดผู้นึก "โอปะนะยิโก" ให้น้อมเข้า "ปัจจัตตัง..." สัตว์ทั้งหลายพึงรู้จำเพาะตัวเท่านั้น ธรรมอันนี้ ใครทำมาให้เป็นล่ะ หรือใครแต่ง (ทำ) ให้เป็น – ที่นั่งอยู่นี่น่ะ ไม่มีใครแต่งได้สักคน ถ้าบิดามารดาแต่ง (ทำ) ได้ทำได้ ทำไมไม่ทำลูก (แต่งตัว) แต่งลูก (ทำให้ร่างกายงาม) ให้สวย ๆ ล่ะ คนหูหนวกตาบอดก็อยากได้ยังงั้นเหรอ บิดามารดาอยากให้ลูกดี อยากให้ลูกสวยงาม ทำไมไม่แต่งเอาล่ะ อันนี้ต้องแล้วแต่พระธรรม พระธรรมนั่นแหละจะมาตบแต่งให้ (ทำให้สวยงาม) ท่านกล่าวไว้ว่า "ธัมโม หะเว รักขะติ ธัมมะจารี" ธรรมนั่นแล ย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม ดังนี้ใครปฏิบัติธรรมดี ความดีก็มีแก่ผู้นั้น ใครปฏิบัติไม่ดี ความไม่ดีก็มีแก่ผู้นั้น กล่าวถึงรูปธรรม – นามธรรมนี้ รวมเป็นพระธรรมทั้งหมด นับได้แปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์ ซึ่งมีอยู่ในตู้พระไตรปิฎก พระไตรปิฎกนั้นก็คือ พระสูตร พระวินัย พระปรมัตถ์ นี่แหละ – คือพระแท้ ๆ ละ พระทั้งสามองค์นี้รักษาเราอยู่ ถ้าขาดพระสามองค์นี้แล้ว หมอก็รักษาไม่ได้ ปิฎกทั้งสามนี้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สุตตปิฎก วินัยปิฎก ปรมัตถปิฎก ดังนี้ สุตตปิฎกมีสองหมื่นหนึ่งพันพระธรรมขันธ์ วินัยปิฎกมีสองหมื่นหนึ่งพันพระธรรมขันธ์ ปรมัตถปิฎกมีสี่หมื่นสองพันพระธรรมขันธ์ รวมทั้งสามปิฎกเป็น

แปดหมื่นสี่พันพระธรรมขันธ์ พระธรรมทั้งสามปิฎกนี้อยู่ที่ไหนเล่า สุตตปิฎกนั้นคือสูดลมหายใจเข้า (ท่านสูดลมเข้าปอดประกอบ) ลมหายใจที่สูดเข้าไปนี้คือสุตตปิฎก วินัยปิฎกก็คือ ได้แก่ลมหายใจออก ปรมัตถปิฎกนั้นได้แก่ผู้รู้ข้างในนี้ (ท่านชี้ที่กลางอกหมายถึงใจ) รวมพระธรรมทั้งสามปิฎกนี้ ได้รักษาชีวิตอินทรีย์ให้เราคงอยู่ ไม่ให้แตก ไม่ให้ทำลาย พระสูตร พระวินัย พระปรมัตถ์ นี่แหละคือ พระสามองค์ละ คนจะตายนั้นหายใจไหมเล่า ก็ไม่หายใจซี ถ้าไม่มีลมหายใจแล้ว ใครทำให้เราเป็นล่ะ หรือเราจักทำให้เป็นเอง ก็ทำไม่ได้ซี ไม่รู้ว่าใครทำให้เรามีลมหายใจ เวลานอนหลับอยู่ลมหายใจก็รักษาเราอยู่ พระสูตรนี่แหละรักษาเราอยู่ ให้รู้จักไว้ ต้องกราบต้องไหว้พระองค์นี้อยู่เสมอ ๆ เมื่อเราปฏิบัติดีต่อพระท่าน พระท่านก็นำความดีมาให้เรา นำเราไปสู่สุคติ ถ้าเราปฏิบัติไม่ได้ ธรรมนี้ก็นำเราไปสู่ทุคติ จะว่ายังไงเล่า จำได้หรือยังล่ะ

นี่แหละ - ธรรม คือคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สรุปหัวข้อแล้ว ได้ใจความว่าพระพุทธศาสนานั้น คือกายกับใจ อันเป็นที่ตั้งแห่งพระพุทธศาสนา เป็นที่ตั้งแห่งมรรคและผล เป็นที่ตั้งแห่งความสุขความเจริญ เมื่อเราท่านทั้งหลายได้ยินได้ฟังแล้ว จงใช้ - โยนิโสมนสิการพากันกำหนดจดจำ แล้วนำไปประพฤติปฏิบัติ ฝึกหัดตนเพื่อให้พ้นจากทุกข์จากภัยพิบัติ อย่ามีความประมาทหมั่นเจริญภาวนา พุทธานุสสติ - ธัมมานุสสติ - สังฆานุสสติ เป็นเนืองนิตย์ จะประสบอิฏฐวิบูลย์มนุญผล เจริญชนม์เจริญสุขทุกทิพาราตรีกาล ดังได้แสดงมาด้วยประการฉะนี้ฯ

(คัดมาจากส่วนหนึ่งในหนังสือประวัติของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร พิมพ์แจกในงานเสด็จพระราชดำเนินพระราชทานเพลิงศพของท่าน ณ วัดป่าอุดมสมพร จังหวัดสกลนคร - 21 มกราคม 2521)

เรื่องที่ 2

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร
สอนวิปัสนากัมมัฏฐานขณะพระเณรนั่งสมาธิ*
ประจำวันที่ 19 กรกฎาคม พ.ศ. 2518
ณ วัดป่าอุดมสมพร จังหวัดสกลนคร

ใจเป็นอย่างไรล่ะ ใจผู้ร้ายนักโทษก็มี ใจทุกข์ ใจยาก ใจสัตว์เดรัจฉาน ใจผีนรกก็มี ใจพระอินทร์พระพรหมก็มี ใจท้าวพระยามหากษัตริย์ ใจเศรษฐีคหบดี ใจคนสวยคนงาม คนมั่งมีศรีสุข คนที่ไม่ทุกข์ไม่จนก็มี ใจนายร้อยนายพันจอมพลก็มี ใจมันเป็นได้ทั้งนั้น จะว่าอย่างไรล่ะ เลือกดูซิ พวกเรามานี่อยากได้อะไรล่ะ ศาสนาเป็นอย่างนี้ พระพุทธเจ้าท่านเทศนาว่าด้วยสรณะที่พึ่งของเรา ตัวเราก็ได้บวชได้ฟัง การบวชเราได้รับศีล ท่านก็ได้บอกแล้วว่าอะไรเป็นที่พึ่งของเรา ไม่ได้บอกอื่น ท่านไม่ได้บอกว่า "ข้าวของเงินทองสรณังคัจฉามิ" "พ่อแม่พี่น้องสรณังคัจฉามิ" ตึกร้านอาคารสรณังคัจฉามิ ไม่มีใครเคยรับอย่างนั้นไม่ใช่เรอะ มีแต่ "พุทธัง สรณัง คัจฉามิ" "ธัมมัง สรณัง คัจฉามิ" "สังฆัง สรณัง คัจฉามิ" เท่านี้ไม่ใช่เรอ ทีนี้ "ทุติยัมปิ" ก็เป็นรอบสอง "ตติยัมปิ" ก็เป็นรอบสาม "สรณะ คมะนัง นิฏฐิตัง" ก็หมด เท่านี้เป็นที่พึ่งของเรา นอกนั้นไม่มี พึ่งนั่นพึ่งนี่ก็ไม่ได้ ข้าวของเงินทองตึกร้านอาคารก็พึ่งไม่ได้ บิดามารดาปู่ย่าตายายก็พึ่งไม่ได้ ข้าวน้ำโภชนาหารก็พึ่งไม่ได้ นับประสาอะไร ตาหูจมูกแม้ตัวเราเองก็พึ่งไม่ได้ ขาดพระพุทธเจ้า (รู้) องค์เดียวพึ่งไม่ได้ ขาด "พุทโธ" พระพุทธเจ้าองค์เดียวพึ่งอะไรได้เล่า ทำไมเล่าพึ่งไม่ได้ ไม่มี "พุทธะ" ก็พึ่งไม่ได้ พุทธะแปลว่า "รู้" ไม่มีความรู้พึ่งอะไรได้ล่ะ เราทำอะไรได้พึ่งได้ เราปฏิบัติไม่ได้ก็พึ่งไม่ได้ อยากได้ก็ไม่ได้ เราไม่ได้ปฏิบัติไว้ ทำไมพึ่งไม่ได้เล่า พุทธะคือความรู้ ไม่มีความรู้ก็พึ่งไม่ได้ อุปมาเหมือนคนตาย เคยเห็นคนตายไหม คนตายทำอะไรได้ พึ่งอะไรไม่ได้

---

* เป็นพระธรรมเทศนาระดับอุบาสก อุบาสิกาทั่วไป - ผู้จัดทำ

เพราะไม่มีพุทธะ เข้าใจไว้ข้อนี้ ขาดพระพุทธเจ้าองค์เดียว ตาก็มีอยู่ หูก็มีอยู่ ปากก็มีอยู่ หูก็คือหูกะทะ ปากก็คือปากตะกร้า อย่างนี้ว่ายังไงล่ะ ทำอะไรเป็น นี่แหละพุทโธ จำได้หรือยัง

พุทโธ ธัมโม สังโฆ เป็นที่พึ่งของเรา เราท่านทั้งหลายอยากได้บุญได้กุศลมานี่รู้จักบุญหรือยัง ได้บุญหรือยัง เห็นบุญหรือยัง ไม่รู้เลยรึ มาไกลแสนไกลเหนื่อยยากลำบาก มาแล้วไม่รู้จักบุญจะเอาบุญตรงไหนเล่า บุญอยู่กับศาลา (วัด) นี้หรือ อยู่กับป่านี้หรือ ยังไม่ได้หรือนี่ ต้องโอปะนะยิโกชิ น้อมเข้าภายในตน ปัจจัตตัง รู้เฉพาะตน บุญเป็นอย่างนี้ ลักษณะของบุญคือใจเราดี ใจเรามีความสุข ใจเรามีความสบายเย็นเอกเย็นใจ ไม่ทุกข์ไม่ร้อนไม่วุ่นไม่วาย นี่แหละบุญ มีหรือยัง ใจเราดีหรือยัง ดูที่ใจของเรา ใจไม่ดีจะเฮ็ด (ทำ) ได้บุญยังไหง ใจดีหรือยังล่ะ ดูซี่ ดูใจของเราเองซี เอ้าต่อไปนี้ฟังธรรม อย่าฟังแต่เสียงนะ ฟังที่ต้นของมัน เอ้าฟังธรรม (นั่งวิปัสนา)

นั่งฟังธรรม (นั่งวิปัสนา) เอาบุญเอากุศล เรามานั่งตรวจดูบุญของเรา เอ้า...นั่งให้สะบ๊ายสะบาย ๆ เอาขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายให้ตรง วางท่าสง่าผ่าเผย ยิ้มแย้มแจ่มใส เมื่อกายของเราสบายแล้วระลึกถึงที่พึ่งของเรา คือคุณพระพุทธ คุณพระธรรม คุณพระอริยสงฆ์ เป็นสรณะที่พึ่งที่ระลึกที่กราบที่ไหว้ ที่สักการบูชา ให้ระลึกว่าพระพุทธเจ้าอยู่ในใจ พระธรรมอยู่ในใจ พระอริยสงฆ์อยู่ในใจ เชื่อมั่นอย่างนั้นแล้วนึกคำบริกรรมว่า "พุทโธ ธัมโม สังโฆ พุทโธ ธัมโม สังโฆ พุทโธ ธัมโม สังโฆ สามหนแล้วให้รวมเป็น "พุทโธ พุทโธ" อย่างเดียว

หลับตา งับปากเสีย ระลึกเอาในใจ "พุทโธ" คือความรู้ ระลึกเข้าไปในใจ ลิ้นก็ไม่กระดุกกระดิก ระลึกเอาในใจของเรา "พุทโธ" คือความรู้อยู่ตรงไหนแล้วตั้งสติไว้ตรงนั้น ตาก็เพ่งดูที่ตรงนั้น หูก็ฟังไปที่ตรงนั้น ดูเพื่อเหตุใดฟังเพื่อเหตุใด เราอยากได้ยิน เราอยากรู้อยากเห็นว่าบุญกุศลมันเป็นยังไง บาปมันเป็นยังไง สุขมันเป็นยังไง ทุกข์มันเป็นยังไง นี่เราอยากรู้ เรามาทำบุญ ได้บุญหรือยัง ให้ดู จิตของเรานี่แหละคือพุทธะผู้รู้ พากันกำหนด รู้ว่าผู้รู้อยู่ตรงไหนแล้วตั้งสติตรงนั้น เพ่งดูไปตรงนั้น พอจิตสงบดี มีความสุขความสบาย เย็นอกเย็นใจไม่ทุกข์ไม่ร้อน

ไม่วุ่นไม่วายสะบ๊าย นี่นำความสุขความเจริญมาให้ในปัจจุบันและในเบื้องหน้า ดูที่จิตของเราอย่างนี้แหละ เรามานี่ต้องการความสุขความเจริญ ต้องการความสุขความสบาย เป็นอย่างนี้ เหตุนั้นไม่ใช่อื่นสุขไม่ใช่อื่นสบาย นอกจากจิตของเราสุขจิตของเราสบาย ฟังดูซิ ฟังกันให้พึงรู้ให้พึงเข้าใจซิ พวกเราทั้งหลาย นี่มันเป็นอย่างนี้

อกุศลเป็นยังไง คือจิตมันไม่สงบ จิตมันไม่ได้ จิตไม่ดีมันก็ทุกข์ยากวุ่นวายเดือดร้อน นี่แหละนำสัตว์ทั้งหลายตกทุกข์ได้ยากในปัจจุบันและเบื้องหน้า พากันพิจารณาดูซิ มีบางคนทำอะไร ๆ ขาดทุนขาดรอนเป็นหนี้เป็นสินกันเพราะเหตุใด บางคนทำการทำงานก็ไม่ดี หาอะไรก็ไม่ดี เพราะอะไร ดูซิ มันไม่ดีตรงไหนเล่า นี่แหละคนทั้งหลายเป็นอย่างนี้ บ้านเมืองก็ไม่ดี วุ่นวาย ดูซี่ดินฟ้าอากาศภูเขาเหล่ากอเขาก็ไม่ได้มีอะไร นั่งดูซี นั่น เราทำมาหากินอะไรก็ขาดทุนขาดรอน หาอะไรก็ทุกข์ยากลำบาก อะไรทุกข์อะไรยาก ข้าวของเงินทองหรือ อะไรทุกข์อะไรยาก ให้นั่งดูซี แต่ก่อนเราไม่มีโอกาสจัดทำบุญทำกุศล เวลานี้เราทำได้เต็มที่เต็มเม็ดเต็มหน่วย ดูซิมันขัดเขินอะไร ขาดตกบกพร่องสิ่งใด ให้หัดตรวจน้ำใจของเราดูซี่ การที่ขาดทุนขาดรอนก็เพราะอันนี้ คือจิตของเราไม่ดี เมื่อจิตของเราไม่ดีก็ทุกข์ยากวุ่นวายเดือดร้อน เมื่อจิตเป็นอย่างนี้ก็ทำให้ขาดทุนขาดรอน เมื่อจิตไม่ดี ทำอะไรก็ไม่ดี หาอะไรก็ไม่ดี การงานก็ไม่ดี ทำมาหากินอะไรก็ไม่ดี ราชการก็ไม่ดี ค้าขายก็ไม่ดี ครอบครัวก็ไม่ดี ชาวบ้านร้านตลาดประเทศชาติก็ไม่ดี จิตเราไม่ดีเท่านี้ ดูซิ ภรรยาสามีก็ทะเลาะกัน จิตไม่ดี ว่ายังไงล่ะ ดูซิ ดูให้รู้จัก นี่แหละมันเป็นเพราะเหตุนี้ ให้ดูซี่ เมื่อจิตไม่ดีแล้วล่ะ ให้รู้จักนึก "พุทโธ พุทโธ" ตัดเสีย ทีนี้ความสุขความเจริญเป็นอย่างไรเล่า จิตเราดีมีความสุขความสบาย เย็นอกเย็นใจไม่ทุกข์ไม่ร้อนไม่วุ่นไม่วาย นี่ทำความสุขความเจริญให้ เมื่อจิตเราดีทำอะไรก็ดีค้าขายก็ดี ทำมาหากินก็ดี เล่าเรียนก็ดี ทำมาหาอะไรก็ดี ครอบครัวก็ดี ชาวบ้านร้านตลาดประเทศชาติก็ดี เป็นอย่างนี้แหละ ให้พากันรู้จัก เมื่อจิตเราดีคิดดีก็เป็นสุข นั่งเป็นสุข นอนเป็นสุข เดินเป็นสุข ยืนเป็นสุข จิตสุขจิตสบาย เมื่อจิตสบายแล้ว ทำอะไรก็สบาย หาอะไรก็สบาย เอาอะไรก็สบาย ค้าขายก็สบาย ราชการก็

สบาย ครอบครัวก็สบาย พ่อแม่พี่น้องก็สบาย ชาวบ้านร้านตลาดก็สบาย ประเทศชาติก็สบาย ดูซี่ ว่ายังไงเล่าพวกเรา

เอ้าต่อไปนี้ต่างคนต่างเพ่งเล็งดูหัวใจของเรา จะอธิบายมากกว่านี้ก็จะเกินไป นี่แหละที่เราว่าเป็นกรรมอันโน้นเป็นกรรมอันนี้ บางคนเจ็บตรงนั้นปวดตรงนี้ เพราะเหตุใด เราอยากจะหายไหมล่ะต่อไปนี้ เมื่ออยากจะหายก็ให้พากันมานั่งสมาธิตรงนี้ ทำใจให้สงบ เมื่อใจสงบแล้ว ใจเราดีแล้ว โรคภัยมันก็หายหมด หายโรคหายภัย หายเสนียดจัญไร หายโทษหายความตรอม หายความทุกข์ความจน หายหมดจนความอดความอยาก เพราะเราได้ว่า "พุทโธ" คือใจเราเบิกบาน คือใจเราสว่างไสว "พุทโธ" ใจผ่องใสสะอาดปราศจากทุกข์ปราศจากโทษปราศจากภัย ต่อไปต่างคนต่างนั่งกันเข้า เพ่งเล็งดูหัวใจ จับสัญญาไว้ ได้ยินเสียงอะไรก็ตาม รู้ว่าสิ่งนั้นไม่เป็นอันตรายแล้วก็ไม่ต้องเดือดร้อน เราก็ทำใจให้สบาย บางคนมีกรรมอันนั้นกรรมอันนี้ กรรมนั่นมาจากไหน กรรมไม่ได้มาจากฟ้าอากาศต้นไม้ภูเขาเหล่ากอ กรรมก็มาจากการกระทำ จากคำพูด จากความคิดนึก เป็นกายกรรม วจีกรรม นโนกรรม ก็เกิดจากใจเรานี่แหละ

เพราะฉะนั้น เราต้องตรวจในดวงใจเรานี่ก่อน ไม่ยังงั้นเราไม่รู้จักแก้กรรมเก่ามันยังไม่หมด กรรมใหม่ก็ต่อเรื่อยไป เมื่อระงับกรรมก็นำให้จิตของเราสงบนิ่งเฉยอยู่ ไม่ส่งไปข้างหน้าไปข้างซ้ายข้างขวาข้างบนข้างล่าง คงแต่ความรู้พิจารณาว่ามันดีหรือไม่ดี มันข้องตรงไหนมันคาตรงไหน ขาดตกบกพร่องตรงไหนเล่า เราก็ชำระสะสางต่อไป นี่เป็นข้อปฏิบัติให้เข้าถึงศีลถึงธรรม ให้เข้าถึงศาสนา ศาสนาเป็นเครื่องแก้ทุกข์ ศาสนามีไว้สำหรับทุกข์ ทีนี้มันทุกข์มาจากไหนเล่า เราต้องฟังดูวัดดูให้เห็นทุกข์ ใจของเราทุกข์ ทุกข์เพราะเหตุใด ทุกข์เพราะหลง ใจเราไม่สงบก็เป็นทุกข์ ใจเราไม่ดีมันก็เป็นทุกข์

เพราะเหตุนี้ต้องรู้ไว้ให้ถึงต้นของมัน อุปมาอุปมัยเหมือนกับชาวสวนเขาทำสวน เขาต้องบำรุงต้นไม้ ใส่ปุ๋ยต้นไม้ รดน้ำให้ต้นมัน ถ้าต้นมันดีแล้ว ปลายไม่ต้องไปบอกไปบังคับมัน ผลิดอกออกผลดี ต้นมันดีผลมันก็ดกหนา นี่แหละอุปมาไว้ให้เห็น ถ้าต้นมันไม่ดีแล้วมันก็ไม่มีดอกไม่มีผล อย่างนี้ฉันใดใจก็ฉันนั้น ใจของเราดีแล้วทำอะไรมันก็ดี หาอะไรมันก็ดี เอาอะไรมันก็ดี สงสัยไหมล่ะข้อนี้ ดู

ว่ามันดีหรือยัง ถ้าไม่ดีเราก็ไม่ได้บุญ ให้รู้จักไว้ ต่อไปเราจะได้ไม่พากันงมงาย พากันประพฤติพากันปฏิบัติ เมื่อใจเราดีแล้วทำอะไรมันก็ดี หาอะไรมันก็ดี การงานเราก็ดี เหมือนอธิบายให้ฟังแล้ว ครอบครัวเราก็ดี พี่น้องเราก็ดี บ้านเมืองประเทศชาติเราก็ดี ไม่วุ่นวายเดือดร้อน พูดอะไรก็เข้าใจกัน นี่พวกเราทั้งหลายอยากได้ไหมความวุ่นวายเดือดร้อน อยากได้ไหมสิ่งที่ดี สิ่งไหนไม่ดีแล้ว รวมพูดสั้น ๆ คือใจเราไม่ดี เมื่อใจเราไม่ดีทำอะไรก็ไม่ดี การงานก็ไม่ดี เคยอธิบายให้ฟังแล้ว ครอบครัวก็ไม่ดี พี่น้องก็ไม่ดี ชาวบ้านร้านตลาดตลอดจนประเทศชาติก็วุ่นวาย ก็เพราะหัวใจคนไม่ดีเหล่านี้

นอกจากนั้น เราจะมาทำบุญทำกุศล ทำคุณงามความดี ให้เราได้รับความสุขได้รับความสบาย เมื่อจิตของเราได้รับความสุขความสบายแล้ว มันก็ไม่มีเรื่องไม่มีอะไร บ้านเมืองของเราก็สงบเยือกเย็นดี นี่แหละให้พากันเรียนรู้ให้ถึงใจเข้าใจ ถ้าเราดีแล้ว คนอื่นไม่ดีก็ตาม คนเราทั้งหลายทั้งหมด ใคร ๆ แม้สัตว์ตัวแดงแมงตัวน้อยก็ต้องการความดี ผู้ประพฤติไม่ดี ทำไม่ดีมันอยู่ไม่ได้ ก็เพราะความดีนี่แล้ว เรื่องมันเป็นยังงั้น ทีนี้ผู้จะทำลายคนที่ดีแล้ว มันก็ต้องฉิบหาย ผู้ทำลายนั่นแหละ เมื่อประเทศเราต่างคนมีศีลมีธรรม ต่างคนต่างมีบุญมีกุศล ต่างคนต่างมีสุข ใจสุขใจสบายแล้ว ความชั่วมันก็สลายไปเอง อุปมาเหมือนกับเราจุดไฟความมืดมันก็หายไปเอง พวกมิจฉาชีพที่มันนำเอาประเทศอื่นมาทำลายเรา ธรณีจะสูบชิบ ดูเอาซี เราก็ถือพระพุทธเจ้าเป็นสรณะที่พึ่งแล้ว ไปเอาสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งที่ระลึก แล้วก็ดีแต่จะปฏิวัติบังคับกันอยู่มันจะได้เรอะ ผู้ใดเบียดเบียนพระพุทธเจ้าแล้ว ธรณีสูบจริง นี่กันฉันใด สิ่งศักดิ์สิทธิ์ในสากลโลกมีอยู่แล้ว คือพระพุทธ คือพระธรรม คือพระสงฆ์ เหล่านี้เป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์และมีอำนาจ ในสามโลกนี้พระพุทธเจ้าเป็นใหญ่กว่าหมด สัพพะพุทธานุภาเวนะ พระพุทธเจ้ามีอานุภาพ สัพพะธัมมานุภาเวนะ พระธรรมมีอานุภาพ สัพพะสังฆานุภาเวนะ พระอริยสงฆ์มีอานุภาพ แน่ะ พิจารณาดูซี่พวกเราทั้งหลาย ให้เป็นผู้เข้าใจซี่ พุทโธ เม นาโถ ธัมโม เม นาโถ นาโถ นาถะคือที่พึ่งอันใหญ่ ไม่เห็นอันอื่นใดมีอานุภาพยิ่งกว่า นัตถิ เม สรณํง อัญญัง ที่พึ่งอื่นของข้าพเจ้าไม่มี ในสามโลกไม่มีอะไรอื่นจะพึ่งได้ มีแต่พระพุทธเจ้านี่แหละเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ พุทโธ เม สรณัง วรัง มีแต่

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นี่แหละเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ เมื่อท่านทั้งหลายได้พากันสดับในโอวาทานุศาสนีย์ พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า อันได้นำมาชี้แจงแสดงให้เห็นเท่านี้พอเป็นข้อปฏิบัติ รู้หัวข้อใจความในพระพุทธศาสนาแล้วเห็นว่ากายกับใจนี้เป็นที่ตั้งแห่งพระพุทธศาสนา เป็นที่ตั้งแห่งมรรคและผล เมื่อท่านได้ยินได้ฟัง กระทำโยนิโสมนสิการ พากันกำหนดจดจำไว้ แล้วนำไปประพฤติปฏิบัติ ฝึกหัดตนของตนให้เป็นไปในธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้ได้ผลที่สุดคืออัปปมาทธรรม ได้แก่ความไม่ประมาท เมื่อท่านทั้งหลายมีความไม่ประมาทแล้ว แต่นี้ต่อไปท่านทั้งหลายก็จะประสบแต่ความสุขความเจริญ เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้

จัตตาโร ธัมมา วัฑฒันติ อายุ วัณโณ สุขัง พะลัง

(ถอดจากบันทึกในแถบบันทึกเสียงของคุณประจวบ - ไพโรจน์ คุ้มไพโรจน์ ม.ร.ว. เสริมศรี เกษมศรี ผู้ถอด อวย เกตุสิงห์ ผู้เรียบเรียง)

เรื่องที่ 3

พระธรรมเทศนา*
ของ
พระอาจารย์ฝั้น อาจาโรมหาเถระ
ณ วัดถ้ำขาม จ. สกลนคร

การปฏิบัติไม่ได้อยู่ที่อื่น อยู่ที่กายของเรา อยู่ที่วาจาของเรา อยู่ที่ใจของเรานี่แหละ ต่างคนต่างมา ต่างถิ่นต่างฐาน ต่างบ้านต่างช่อง รวมกันแล้วจุดประสงค์นั้นคือ เราทั้งหลายต้องการความสุข ต้องการความเจริญ และต้องการความพ้นทุกข์ เราต้องทราบว่าความสุขอยู่ที่ไหน ก็อยู่ที่กายของเรา ที่ใจของเรา ความพ้นทุกข์ก็พ้นจากกายจากใจของเราเท่านี้ มันไม่ได้พ้นจากอื่น เพราะฉะนั้นไม่ใช่อื่นเป็นทุกข์ พากันพิจารณาดูซิ ไม่ได้ทุกข์กับการงาน กับข้าวของ กับบ้านกับช่อง ทุกข์ที่กายกับใจนี้เท่านั้น เกิดมามีเท่านี้ อันนี้พระพุทธเจ้าจึงได้วางศาสนาไว้ ศาสนาเป็นเครื่องแก้ทุกข์ และเป็นเครื่องชำระทุกข์ ท่านวางศาสนาท่านก็ไม่ได้วางไว้ในบ้าน ในเมือง ถนนหนทาง ในป่าในดงพงไพร ไม่ได้วางในโบสถ์ ศาลา โรงธรรม และวิหาร ท่านวางศาสนาไว้กับตัวของเรา ท่านก็สวดแล้วในพระปาฏิโมกข์ตอนท้ายนี้แหละ ท่านสวด สัพพปาปัสสะ อกรณัง กุสลัสสูป-สัมปทา สะจิตตะปริทะปะนัง เอตัง พุทธานะสาสะนัง นี่ท่านวางศาสนาไว้ตรงนี้ แปลเอาใจความว่า **สัพพปาปัสสะ** ให้ละความชั่วทางกาย ทางวาจา และดวงใจ ความชั่วไม่ได้อยู่ที่อื่น อยู่ที่กาย อยู่ที่วาจา ดวงใจของเรา นี่ท่านบอกอย่างนี้ **กุสลัสสูปสัมปทา** พากันเจริญคุณงามความดีทั้งกาย ทั้งวาจา ทั้งใจ การเจริญคุณงามความดีไม่ใช่อื่นไกล คือท่านบอกว่าให้มีทาน **มีศีล มีภาวนา** ทานการสละการให้

---

* เรื่อง ทาน ศีล ภาวนา แด่อุบาสก อุบาสิกา พระ เณร – ผู้จัดทำ

รักษาศีล ก็รักษากาย รักษาใจของเรา เรื่องเป็นอย่างนี้แหละ ให้ทำให้เกิดให้มีขึ้น ให้เจริญที่กายที่ใจของเรา ความดีเป็นยังงี้แหละ อันนี้ภาวนาก็แปลว่า เลือกเฟ้นใจของเรา เลือกอย่างใดเล่า จิตของเรามันมีมาก จิตดี จิตชั่ว จิตสุข จิตทุกข์มันมี มนุษย์มีหลายชนิด นับแล้วมีถึง 7 อย่าง มีมนุสสเดรัจฉาโน มนุสสเปโต มนุสสนิริเย ร่างกายเป็นมนุษย์แต่หัวใจเป็นเหมือนกับสัตว์เดรัจฉาน ไม่รู้จักทำบุญให้ทาน ไม่รู้จักการกราบการไหว้ การเคารพนอบน้อม เหมือนกับสัตว์เดรัจฉาน เมื่อดับขันธ์ลงไปแล้วก็ไปสู่สัตว์เดรัจฉาน ไม่มีการกราบไหว้การทำบุญให้ทาน เรื่องเป็นอย่างนั้น มนุสสเปโต ใจเหมือนกับเปรต อยากฆ่าอยากฟันตีรันฟันแทงกัน ขโมยโพยโจรอย่างนั้น พิจารณาดูซิ มนุษย์นี่แหละเป็น เมื่อดับขันธ์แล้วก็ไปเป็นเปรต มนุสสนิริเย มนุษย์เป็นนรก มนุษย์ใดเป็นนรก มนุษย์เกิดมาแล้วมีแต่ความทุกข์อกทุกข์ใจ มันกลุ้มอยู่ในใจ นี่แหละดูซี่ ดับขันธ์ไปแล้วก็ไปตกนรก มันก็ตกอยู่เดี๋ยวนี้แล้ว คือความทุกข์ความยากนี้แหละตัวนรก ไม่ได้อยู่ที่ดินฟ้าอากาศ ใจเราทุกข์ ใจเรายาก กลุ้มอกกลุ้มใจ นี่แหละพากันดูซี มันเป็นยังงี้แหละมนุษย์เรา

จึงให้ภาวนา จะได้มาเลือกเฟ้นสิ่งเหล่านี้ อันนี้ มนุสสเทโว แปลว่า มนุษย์สูง มนุษย์มีกิริยามารยาท รู้การกราบไหว้พระ ทำบุญให้ทาน รักษาศีล ภาวนา เป็นมนุษย์ใจดี รู้จักความเมตตาซึ่งกันและกัน มีความอ่อนน้อมซึ่งกันและกัน มีเมตตาคน เมตตาสัตว์ เอ็นดูคน เอ็นดูสัตว์ มนุสโส แปลว่ามนุษย์สูงหละ มนุสสเทโว มนุษย์ที่มีทานมีศีล มีภาวนา ใจมีหิริโอตัปปะ ใจมีความละอายต่อบาป กลัวบาป ใจดีมีความสุข ใจมีความสบ๊ายอก ใจสบายดับขันธ์แล้วไปเป็นเทวบุตร เทวธิดา นี่เป็นอย่างนี้ มนุสสพรหมา มนุษย์ผู้รักษาศีล ก็มีพรหมจรรย์ประจำตัวอยู่แล้ว เมื่อภาวนาไป จิตมันว่างม้ด เหมือนกะอากาศ ไม่มีที่ข้องมันละ เหลือแต่อรูปจิต มันว่างม้ด ไม่มีอะไรที่ยึด ที่ว่าง ๆ เป็นมนุษย์พรหมา ดับขันธ์แล้วก็ไปเป็นพรหม ท้าวมหาพรหม นางมหาพรหม มนุสสอรหัตโต เป็นพระอรหันต์ ดับกิเลสตัณหา ราคา โลภะ โทสะ โมหะ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติหมดแล้ว เป็นพระอรหันต์ แน่ะ เป็นยังงั้น เป็นจากมนุษย์นี่แหละ ไม่ได้เป็นจากที่อื่น

มนุสสพุทโธ เป็นพระพุทธเจ้า เป็นผู้รู้แจ้งแทงตลอดในสารพัดเญยยะธรรมทั้งหลาย ไม่มีที่ปกปิด เป็นผู้รู้แจ้งมัด จึงได้วางศาสนาไว้อย่างนี้แหละ

กุสลัสสูปสัมปทา ทางกายทางใจของเรา สจิตตะปริโยทปณัง พากันชำระดวงใจให้ผ่องใส ทำใจให้ผ่องใส จิตให้ใสเหมือนแก้ว เหมือนน้ำมันใส นี่แหละท่านว่าศาสนา เอตังพุทธานะสาสนัง นั่นศาสนา ท่านไม่ได้วางไว้ที่อื่น นี่ธรรมะคำสั่งสอนของท่าน ศาสนาคือธรรมะคำสั่งสอน ท่านก็สอนอย่างนี้แหละ สอนให้มนุษย์ทั้งหลายละความชั่ว สอนให้ทำความดี เรื่องเป็นอย่างนี้ ท่านไม่สอนอื่น สอนให้ละความชั่วทำความดี ทำดีก็คือที่อธิบายให้ฟังแล้ว ทำชั่วก็อธิบายให้ฟัง ทำที่กายของเรานี้ ธรรมทั้งหลาย ตู้พระไตรปิฎก คิดดูซี่ ท่านยกเข้ามาแล้ว ไม่ใส่ (วาง) ทั่วไป ไม่ใส่ (วาง) อื่นนอกตัวของเรา (ตู้พระไตรปิฎกอยู่ในตัวเรา) เรามีพระ (พระไตรปิฎก) ทุกคนนั่งอยู่นี่แหละ มีพระมาพร้อมตั้งแต่เกิดมา ครบบริบูรณ์ 84,000 พระธรรมขันธ์ ไม่ว่าผู้หญิงไม่ว่าผู้ชายมีพระ (พระไตรปิฎกอยู่ในกาย) นี่ท่านบัญญัติไว้ธรรมทั้งหลาย ท่านว่าธาตุ 4 ขันธ์ 5 อายตนะ 6 นั่นเรื่องเป็นยังงั้น เรามีธาตุทั้ง 4 เรามีขันธ์ทั้ง 5 เรามีอายตนะทั้ง 6 นี่เป็นที่อยู่อาศัยของเรา รวมนี้แล้วจึงเป็นคน ธาตุของเราคือธาตุทั้ง 4 ดิน น้ำ ไฟ ลม นี้มาประชุมเข้ามาถือว่าเป็นตัวเป็นตน ธาตุดินก็ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ที่แข็งแข็งในตัวของเรานี้ เนื้อเหล่านี้ กระดูกเหล่านี้ เป็นธาตุดิน ธาตุน้ำก็น้ำมูก น้ำลาย น้ำเหงื่อ น้ำไคล ที่เหลว ๆ ในตัวของเรานี้เรียกว่าธาตุน้ำ นี่พิจารณาดูซิ ธาตุลมก็ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ลมพัดไปตามสรรพางค์ร่างกายของเรา นี่ธาตุลม ธาตุไฟก็ความอบอุ่นร่างกายของเรา ไฟย่อยอาหาร ไฟเผาร่างกายให้ชำรุดทรุดโทรมลงไป นี่ธาตุไฟ นี่แหละธาตุทั้ง 4 มาประชุมกันเข้าถือว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นเราเป็นเขา เป็นผู้หญิงเป็นผู้ชาย

อันนี้ขันธ์ทั้ง 5 คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รูปก็ได้แก่อัตภาพนี่แหละ เวทนาก็คือความสุขความทุกข์นี่แหละ สุขเวทนา ทุกขเวทนา ไม่สุขไม่ทุกข์ สัญญาความจำความหมาย จำว่านั้นว่านี้ สังขาร ความปรุงความแต่ง วิญญาณก็ความรู้ ปฏิสนธิวิญญาณ เมื่อเราปฏิสนธิ เมื่อเรามีปฏิสนธิวิญญาณ ก็มีรูปขึ้นมาแล้ว อายตนะแปลว่าบ่อเกิดแห่งสุขและทุกข์ บ่อเกิดแห่ง

คุณงามความดี คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี่แหละ พระพุทธเจ้าบัญญัติธรรมวินัยศาสนาลงที่ตรงนี้ ท่านไม่ได้บัญญัติที่อื่น ให้พากันให้พึงรู้พึงเข้าใจข้อปฏิบัติของพวกเรา บางคนเราเกิดมายังไม่รู้จักศีลของตน ไปขอแต่ที่พระ ผู้ใดมาก็มาขอ เมื่อวานก็มาขอกับหลวงปู่ มาขอศีล มะยัง ภันเต ติสสรเณน สหะ ปัญจะ สีลานิยาจามะ ขอแต่ศีล เอามาทำไมล่ะ สีลัง ก็แปลว่าศีล ศีล 5 ก็รู้จักตั้งแต่เกิด จะขอกับใครเล่า นี่ศีล 5 ก็ขาสอง แขนสอง ศีรษะอันหนึ่ง อันนี้เป็นตัวศีล 5 รักษาไว้ให้เรียบร้อย อย่าเอาไปทำโทษน้อยใหญ่ ปาณา นั่นไม่ใช่ศีล เป็นโทษ (ความผิด) อทินนา นั่นก็เป็นโทษ (ความผิด) กาเม นั่นก็โทษ (ความผิด) มุสา นั่นก็โทษ (ความผิด) สุรา นั่นก็โทษ (ความผิด) ไม่ใช่ศีล ให้พากันพิจารณาซี เราทั้งหลายเมื่อจะรักษาศีล 5 ก็อย่าเอาทั้ง 5 นั้นไปทำโทษ 5 (ความผิด 5 ประการ) จำไว้ล่ะ ใน 5 อย่างนี้ไม่มีใครอยากได้ ไม่มีใครปรารถนา และไม่มีใครรัก เหตุอันใดล่ะ ท่านว่าโทษ 5 ปาณาติปาตาเวรมณี ให้ละเว้น ละเว้นอะไรที่เป็นโทษ (ความผิด) ใครอยากได้ล่ะ เกิดมามีคนมาฆ่าเราล่ะ เราอยากให้เขาฆ่าไหม ฆ่าพี่ฆ่าน้องก็ดี ฆ่าลูกฆ่าเมียใครก็แล้วแต่ ไม่อยากให้ใครฆ่า หรือเราไปฆ่าเขาก็เช่นเดียวกัน สัตว์ทั้งหลายรักชีวิตทั้งนั้น ท่านไม่ให้เบียดเบียนซึ่งกันแลกัน ให้เมตตาคนเมตตาสัตว์ เรามาถึงธรรมวินัยแล้ว นี่ท่านให้ละเว้น ทีนี้เมื่อเราทำปาณาติบาตแล้ว เราปรารถนาจะได้อย่างนี้ไหม คือ สมมติว่าเราเกิดมาอายุสั้นตายเร็วพลัน ตายแต่น้อยแต่หนุ่ม ตายพลัดพรากจากกัน เป็นโรคเป็นภัย อย่างนี้ใครอยากได้ล่ะ สมุฏฐานมาจากไหนล่ะ ก็มาจากปาณาติบาตนี่แหละ พากันพินิจพิจารณาข้อนี้ พระพุทธเจ้าจึงให้งดเว้น ให้ละเว้น เพราะกลัวจะเป็นอย่างนี้ดอก ให้พากันรู้จัก พวกเราทั้งหลายก็กลัวตายอย่างนี้ ไม่ใช่กลัวอื่น กลัวเป็นโรคเป็นภัย ท่านให้ละเว้นสมุฏฐานนี่ซี่ อย่าไปฆ่าสัตว์ตัดชีวิต แม้แต่มดดำมดแดง จะฆ่าผู้ฆ่าคนอะไร้ เลือดยุงท่านก็ไม่ให้ทำ กลัวเป็นภัยเป็นเวร กลัวเป็นโรคนี่ดอก พากันให้รู้จักข้อปฏิบัติ ให้ยึดอันนี้ เมื่อเรามีเมตตาตน เอ็นดูตนแล้ว ก็เอ็นดูสัตว์ทั้งหลาย สัตว์ทั้งหลายเขาก็รักชีวิต เราก็รักชีวิต พิจารณาดูชิข้อนี้ บ้านเมืองวุ่นวายก็เพราะกลัวตาย ไปไหนก็เรียกตำรวจทหารไปล่ะ กลัวเขาจะยิงเอา เขาว่า คิดดูนี่หละ เมื่อภัยเหล่านี้ของเราไม่มีแล้ว มันก็ไม่มีภัย พิจารณาให้มันรู้ซี จะยากลำบากก็ข้อนี้แหละเรื่องมัน

นี่ข้อที่สองล่ะ อทินนาทาน เช่น เราขโมยเขา เขาก็ไม่อยากให้เป็น (ไม่อยากให้เกิดขึ้น) เขาขโมยเรา เราก็ไม่อยากให้เป็น (ก็ไม่อยากให้เกิดขึ้น) ขโมยสิ่งของน่ะ ดูซี่ ถ้าเรามีเมตตาคนเมตตาสัตว์แล้ว ทำไม่ลง ทำไม่ได้ เมื่อทำแล้วมันก็ให้ผลนี่แหละ เพราะฉะนั้นท่านให้ละเว้น ให้ละเว้นเสียเดี๋ยวนี้ จะได้ไม่เป็นทุกข์เป็นร้อน บ้านหากุญแจหาอะไรให้ดี กลัวขี้ขโมย ไม่ใช่อื่นไกลดอก ทำบ้านดี ๆ ไม่ใช่ทำอื่นดอก นี่มันเป็นอย่างนั้น ถ้าเราไม่มีขโมยแล้ว ไม่เบียดเบียนซึ่งกันแลกันแล้ว มันก็ไม่มีอะไรดอก เราเมตตาตน กลัวเราเป็นทุกข์ เขาขโมยเราเราก็ไม่อยากได้ พิจารณาดู ขโมยข้าว ขโมยของ ขโมยลูก ขโมยเต้า ขโมยสิ่งของทั้งหลาย หรือโจรปล้นฆ่าเจ้าของใครอยากได้ หรือราชาโทษ (ความผิดกฎหมายบ้านเมือง) ราชาปรับไหมใส่โทษ (ราชการปรับและลงโทษ) อันนี้เราอยากได้ไหม หรือโจรไฟไหม้อย่างนี้ โจรลมพายุพัดอย่างนี้ มันมาจากไหนล่ะ สมุฏฐานนั่น ก็มาจากอทินนาทานนั่นซิ เรื่องมันเป็นอย่างนี้หละ พากันเพ่งพิจารณาดูซิ ลำบากเพราะอันนี้ ไปไหน ๆ ก็ตาม ถ้าเราละเว้นโทษทั้งหลายนี่ก็สบ๊ายสบายเรา ของจะทิ้งที่ไหนก็สบ๊ายไม่กลัวใครจะมาเอา ต่างคนต่างมีศีลมีธรรม ต่างคนต่างมีศาสนาเดี๋ยวนี้เราทิ้งศาสนาหมดซิ ทิ้งศีล ทิ้งธรรมหมดในตัวของเรานี้ โยนให้คนอื่นหมดศาสนาก็เป็นของพระพุทธเจ้า เป็นของพระโน่น เราไม่นึกว่าเป็นของเรา เรื่องมันเป็นยังงี้ดอก ข้อสำคัญ เหตุนั้นพากันให้เข้าใจ

ทีนี้ กาเม ล่ะ อันนี้ไม่อยากได้อีกแหละ สมมติเรามีภรรยาสามีกันนี้ คิดดูซิ เรามีภรรยา ภรรยาก็ไปคบเอาชายคนอื่นเสีย อยากได้ไหมล่ะ ก็ไม่อยากได้ มีสามี สามีก็ไปคบกับหญิงคนอื่น อยากได้ไหมล่ะ ก็ไม่อยากได้ เกิดมาทะเลาะเบาะแว้งกันก็ไม่อยากได้ซิ ได้ลูกว่ายากสอนยาก เล่าเรียนก็ไม่เป็นอะไร (เรียนไม่ดี) เกิดมาทะเลาะเบาะแว้งกันทั้งกลางคืนกลางวัน ก็ไม่มีใครอยากได้ อันนี้สมุฏฐานมาจากไหน ก็มาจากกาเมนี่เอง เรื่องมันเป็นอย่างนั้น ท่านจึงให้ละเว้น เพราะฉะนั้นจะมีครอบครัว แต่งงานแต่งการร้องขอกัน ไม่ละเมิดกัน ไม่เบียดเบียนกัน ข้อนี้หละ ถ้าเราละเว้นนี่แล้ว เราก็มีความสุข ที่มันทุกข์ยาก (ที่มีปัญหา) ก็เพราะอันนี้แหละ ไม่ใช่อื่นไกล ใคร ๆ ก็อยากมีลูกดีมีเมียดีมีผัวดี มันก็ไม่มีซิ เพราะเราไม่รักษาโทษ (กระทำผิด) อันนี้มัน ถ้าเรารักษาอันนี้ มันก็ได้ดิบได้ดีซิ (มีความสุข)

สมความมุ่งมาดปรารถนา อานิสงส์ของเราได้ทำ นี่ความชั่วมันเป็นอย่างนั้นให้รู้จักไว้ อันนี้ การที่ว่ามีคนฉ้อโกงหลอกลวงเรา เราก็ไม่อยากได้ เราไปหลอกลวงฉ้อโกงเขา เขาก็ไม่อยากได้ เขามามุสาวาทเรา เราก็ไม่อยากได้ นี่หละ การฉ้อโกงหลอกลวงกันนี่วุ่นวายเดือดร้อนเพราะเหตุนี้ ไม่มีความซื่อสัตย์สุจริตซึ่งกันแลกันมันก็ได้ทุกข์ได้ยากซิ ไม่ไว้เนื้อเชื่อกันได้ บางคนภรรยาก็ไม่เชื่อใจสามี สามีก็ไม่เชื่อใจภรรยา บิดาก็ไม่เชื่อใจลูก ลูกก็ไม่เชื่อใจบิดา ต่างฝ่ายต่างไม่เชื่อใจกันซิ ก็เลยทุกข์ยากน่ะซิ นี่ไม่มีความสามัคคีกัน ฉ้อโกงกันได้ นี่มาจากสมุฏฐานคือมุสานี่ใครก็ไม่อยากได้ ให้เวรมณี ให้ละเว้น

อันนี้ สุรา เมรยะมัชฌะ ปมาทัตถานา เวรมณี ให้ละเว้นการดื่มสุราสาโทนี่เป็นสมุฏฐาน ลูกขี้เมา ผัวขี้เมา เมียขี้เมา พ่อขี้เมา ก็ไม่อยากได้ ใครเห็นผล ก็ให้พาละเสียซิ เกิดมาเป็นใบ้บ้า เสียจริตผิดจากมนุษย์ หูหนวกตาบอด อันนี้ไม่มีใครอยากได้ เสียจริตไม่มีใครอยากได้ ปากกืก (เป็นใบ้) กระจอกงอกง่อยขี้ทูดกุฏฐัง (โรคเรื้อนมือเท้ากุด) ก็ไม่มีใครอยากได้ไม่ใช่เรอะ เป็นโรคง่อย โรคใบ้ก็ไม่มีใครอยากได้ หรืออยากได้ มันมาจากไหนเล่า นี่! เกิดมาหูหนวกตาบอดปากกืก (เป็นใบ้) กระจอกงอกง่อยขี้ทูดกุฏฐังเหล่านี้ เสียจริต เป็นลมบ้าหมูน่ะมันมาจากไหนล่ะ คนเสียจริต นับก็ไม่พอถึงสิบ (นับสิบไม่ถ้วน) อยากได้ไหมล่ะไม่อยากได้สักคนไม่ใช่เรอะสิ่งเหล่านี้ มันมาจากไหนเล่า สมุฏฐานมันมาจากสุรา เมรยะ มัชฌะ ปมาทัตถานา เวรมณี ท่านให้ละเว้น

ถ้าเราละเว้นเหตุเหล่านี้แล้ว เราจะสีเลนะ สุคติงยันติ มีความสุข ไม่ใช่อื่นไกล สุขกายสุขใจ ไปไหนก็มีความสุข เพราะเราไม่ได้ทำบาปทั้ง 5 อย่างนี้ ไม่ทำบาปทำกรรมทางวาจาใจของเราแล้ว 5 อย่างนี้หละ เราก็มีความสุข สุขเพราะเรารักษาศีล ศีลก็ความปกติกายปกติใจ ไม่ใช่อื่นไกล กายของเราปกติ ใจของเราปกติ ดูซิ! เป็นปกติอยู่ กายพิกลพิการยังไงเล่า ผิดจากปกติมันเป็นยังไง ให้พากันให้พึงรู้พึงเข้าใจในข้อปฏิบัติ เรามีความสุข ไปไหนก็มีความสุข ไม่มีโจร ไม่มีภัย ไม่มีเวร ไม่มีความชั่วช้าลามก นั่งเป็นสุข นอนเป็นสุข เดินเป็นสุข ยืนเป็นสุขซีเรื่องมันเป็นอย่างนั้น เหตุนั้นให้พากันให้พึงรู้ซิล่ะ

เราละเว้นโทษ 5 อย่างนี้แล้ว สีเลนะ โภคะสัมปทา มีโภคสมบัติ เพราะเหตุฉันใด เพราะไม่มีโทษไม่มีบาป ไม่มีกรรม ทำอันใดมันก็ไม่ขัดข้อง ทำอะไรก็สะดวกจิตสะดวกใจของเรา มันก็รวยน่ะซิ ไม่ใช่ว่าเราทำราชการโภคะสัมปทา ค้าขายโภคะสัมปทา ทำไร่ไถนาโภคะสัมปทา ท่านไม่ได้ว่านะ ท่านว่า สีเลนะ โภคะสัมปทา ถ้ามีศีลแล้วมีโภคสมบัติ สีเลนะ นิพพุงติงยัติ จะไปพระนิพพานก็เพราะศีลบริสุทธิ์ ให้พิจารณาให้มันรู้ซี นี่หละ ศีลทั้งหลายเหล่านี้รวมลงแล้ว ศีล 5 ก็ดี ศีล 10 ก็ดี ศีล 227 ก็ดี รวมมาแล้วก็คือกายกับใจเท่านี้ ศีลทั้งหลายทั้งหมดรวมลงเป็นศีลอันเดียว รักษาใจนี้อันเดียวได้มัด (หมด) ใจไม่อยากขโมย ใจไม่อยากฆ่าล่ะ ใจไม่อยากประพฤติผิดในกามล่ะ ใจไม่อยากโกหกล่ะ ใจไม่อยากดื่มสุราล่ะ แน่ะ ใจไม่อยากเสียอย่าง พิจารณาดูซิ ใจไม่อยากทำ มือก็ทำไม่เป็น ปากก็ทำไม่เป็น มันเป็นมาแต่ดวงใจ นี่หละพากันเพ่งพิจารณา ให้รักษาศีลว่ายากมาก รักษาศีลตัวเดียว รักษาใจดวงเดียว ให้เข้าใจนี่หละ อธิบายให้ฟังแล้วรวมเข้าหาใจ นี่เรื่องศีลแล้ว

ต่อนี้ไปให้เข้าที่นั่งสมาธิภาวนา นั่งเข้าที่ให้สบาย ๆ เราอยากมีความสุขความสบาย มานี่เราต้องการความสุขความสบาย เรานั่งให้สบาย วางท่าวางทางให้สง่าผ่าเผย ยิ้มแย้มแจ่มใส นั่งสบ๊าย สบาย อย่าไปกดไปพิง วางท่าวางทางให้เป็นระเบียบเรียบร้อย เมื่อกายเราสบายแล้ว วางดวงใจให้สบาย เมื่อใจสบายแล้วระลึกถึงพระพุทธเจ้าอยู่ในใจ พระธรรมอยู่ในใจ พระอริยสงฆ์อยู่ในใจ เชื่อมั่นในใจแล้ว นึกคำบริกรรมภาวนาว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ พุทโธ ธัมโม สังโฆ 3 หนแล้วรวมเอาคำเดียว ให้ระลึกเอาพุทโธ๊ พุทโธ คำเดียว หลับตางับปากเสีย ลิ้นก็ไม่กระดุกกระดิก ระลึกเอาเฉย ๆ นึกเอาในใจ พุทธะ เดี๋ยวนี้เราอยากรู้ว่าตัวของเราเป็นอยู่ยังไง เราเป็นบุญหรือเราเป็นบาป เราดีหรือเราชั่ว เข้าวัดฟังธรรม นี่นั่งสมาธิภาวนา บุญอันนี้ผลานิสงส์มากแท้ นี่แหละให้นั่งเพ่งระลึกพุทโธ พุทธะความรู้อยู่ตรงไหน แล้วกำหนดที่รู้ ไม่สำคัญตรงโน้นตรงนี้ ความรู้ ดวงหทัยวัตถุของเรา ความรู้ ความระลึก ระลึกอยู่ตรงไหน เราก็เพ่งสติไว้ตรงนั้น หูก็ไปฟังตรงที่ระลึกอยู่นั่น ตาก็เพ่งระลึกอยู่ที่นั่น อยากจะรู้ว่าที่ระลึกนั้นมันเป็นยังไง เราจะรู้ได้ยังไง คืออยากรู้ว่าจิตของเราเป็นกุศล จิตสงบเป็นสมาธิอยู่กับพุทโธ พุทโธ จิต

นนมันไม่ได้ส่งข้างหน้ามาข้างหลัง ข้างซ้ายข้างขวา ข้างบนข้างล่าง ตั้งเฉพาะท่ามกลางอันที่รู้ พุทโธ๊ พุทโธ อยู่นั่น มันรู้สึกจิตเป็นสมาธิตั้งมั่นในภายใน มันรู้จิตเราดี รู้สึกว่าเบาตนเบาตัว เบาร่างเบากาย หายโรคหายภัย รู้สึกใจเบิกบานเย็นอกเย็นใจ สบ๊าย อย่างนี้หละ นี่แหละความสุขความสบายอยู่ตรงนี้ ที่พึ่งของเราที่อยู่ของเรามีเท่านี้ ต้องพิจารณา มิใช่ข้าวของเงินทองเป็นสุข การงานเป็นสุข ใจเราสงบเท่านี้ นี่ดูซิ ที่อยู่ของเรา

อันนี้ จิตไม่สงบ มันเป็นยังไง จิตไม่ดี วุ่นวาย หนักหน่วง ง่วงเหงาหาวนอน วุ่นวายทุกข์ อันนี้หละ ใครเป็นทุกข์ล่ะ เราเป็นผู้เป็นทุกข์ ให้พึงรู้พึงเห็นชี่เห็นอันนั้นทุกข์อันนี้ทุกข์ ไม่ใช่การงานทุกข์ ข้าวของเงินทองทุกข์ จิตของเราเป็นผู้ทุกข์ ทุกข์เพราะมันไม่สงบ เมื่อเรารู้ว่าทุกข์เป็นอย่างนี้แล้ว เรารู้ว่ามันเป็นทุกข์แล้ว เราก็ชำระทุกข์ สิ่งเหล่านี้ใครเป็นผู้ทำล่ะ กุศลกรรม อกุศลกรรม ใครเป็นผู้ทำให้ล่ะ ไม่มีเทวบุตรเทวดาทำให้ พระอินทร์พระพรหมทำให้ ครูบาอาจารย์ทำให้ เราทำเอาเอง เกิดขึ้นมาเอง นี่หละเข้าวัดฟังธรรม วัดดู! ดีกับชั่วไหนมากกว่ากัน สุขกับทุกข์อันไหนมากกว่ากัน สิ่งเหล่านี้ใครทำให้ กุศลกรรม อกุศลกรรม มันเกิดมาจากไหน มันไม่ได้เกิดมาจากฟ้าอากาศ จากต้นไม้ภูเขาเลากา เกิดจากดวงใจของเรานี้ เมื่อเกิดจากดวงใจของเรา ดวงใจนี่แหละเป็นผู้จะไปเสวยสุขเสวยทุกข์ และไปก่อกรรมก่อเวร ไม่ใช่อื่นไป จิตวิญญาณอันนี้หละ ให้พึงรู้ไว้พึงทราบไว้ มาเลือกเฟ้นขัดเกลาหัวใจของเรา เมื่อรู้ว่าสิ่งนี้ไม่ดีแล้ว เราก็ต้องให้รู้ว่าสิ่งนี้ไม่ดี เราต้องการสิ่งไม่ดีไหม เพ่งดูซิ่ ถ้าต้องการสิ่งไม่ดีแล้ว มันอยู่ที่ไหนล่ะ ใจเราไม่ดี เราก็เป็นคนไม่ดีซิ่ พูดง่าย ๆ เราต้องการความดี อะไรดีล่ะ ใจเราดี สงบเป็นสมาธิ มีความเยือกเย็น เบาสบ๊าย สบายใจ หายเหน็ดหายเหนื่อย เมื่อยล้าไม่มี สบาย พุทโธเป็นผู้เบิกบาน พุทโธเป็นผู้สว่างไสว พุทโธเป็นผู้สบาย ใจเรานี่หละนำความสุขความเจริญให้ในปัจจุบันและเบื้องหน้า เราไม่ต้องคำนึงถึงอดีตอนาคต เราไม่ต้องคำนึงถึงอดีตที่ล่วงมาแล้ว ดีก็ดีมาแล้ว ชั่วก็ชั่วมาแล้ว เราไม่ต้องคำนึง อนาคตของเราจะเป็นยังไง เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ เราก็ไม่ต้องคำนึงเพราะยังไม่มาถึง

เราดูเรานั่งอยู่นี่ซิ่ ดีให้รู้ซิ่ สุขก็ให้รู้ซิ่ ทุกข์มันก็รู้ พุทธะแปลว่าผู้รู้ เมื่อเดี๋ยวนี้มันดี อดีตมันก็ดี อนาคตมันก็ดี เมื่อเดี๋ยวนี้นั่งอยู่ไม่ดี อดีตก็ไม่ดี อนาคตก็ไม่ดี ท่านบอกให้ดูในปัจจุบันนี้ ปัจจุบันเหตุ ปัจจุบันผลนี้ จิตผู้นี้เป็นผู้ไปเสวย บางคนว่ากรรมอันนั้นกรรมอันนี้ เป็นกรรม กรรมอยู่ที่ไหนเล่า ท่านบอกในมงคลคาถา ท่านไม่ได้บอกอื่น ท่านบอกกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม กรรมเกิดจากกาย เกิดจากวาจา เกิดจากดวงใจของเรา แต่เวลานี้กายกรรมของเราก็ดีแล้ว วจีกรรมของเราก็ดีแล้ว ยังเหลือแต่มโนกรรม มโนกรรมคือความน้อมนึก เราระลึกอันใดอยู่ เป็นบุญหรือเป็นบาป เราจะรับผลของกรรมสืบไป เพราะฉะนั้นท่านว่า กัมมัสสะโกมหิ กรรมนั้นเป็นของ ๆ ตน กัลยาณังวา ปาปกังวา ตัสสะทายาทา กวิสสันติ เราทำกรรมอันใดไว้ เป็นบุญหรือเป็นบาป เราจะรับผลของกรรมสืบไป อันนี้เราจะรู้ได้ยังไงกรรมดีนั้น กัลยา คือกรรมอันดี รวมมาสั้น ๆ คือใจเราดี๊ ดีอกดีใจ สบ๊าย เบาตนเบาตัว ปลอดโปร่ง วางมัด ไม่มีทุกข์ร้อน เพราะเราไม่ได้ไปยึดไว้ มันละมันวางหมด นั่นน่ะกรรมดี

มันไม่มีอะไรเป็นแต่ผู้รู้เท่านั้น เราอย่าไปยึดเอาทุกข์ อย่าไปยึดเอาดี อย่าไปยึดเอาชั่ว อย่าไปยึดทั้งหมด ปล่อยให้ว่าง เป็นแต่ผู้รู้ มืดก็ให้รู้ อย่าไปยึดเอามืดมาเป็นตน ให้มันรู้หมด สิ่งไรเกิดขึ้นให้มันรู้ อย่าไปยึดเอา ให้รู้จักไว้นี่กรรมอันดี กรรมอันชั่วล่ะ ปาปกัง กรรมอันชั่วล่ะ คือใจไม่ดีวุ่นวาย เดือดร้อนทุกข์ยาก นี่กรรมอันชั่ว กรรมไม่ได้อยู่ในป่าดงพงไพรต้นไม้ภูเขาเลากา ในบ้านในเมืองถนนหนทาง อยู่ในกลางดวใจของเรานี้ บุญและบาปสิ่งใด ๆ ใจถึงก่อน ต่อนี้ต่างคนต่างฟัง ต่างคนต่างน้อมเข้ามาภายใน สันทิฏฐิโก ผู้ปฏิบัติรู้เองเห็นเอง จะไม่รู้ยังไงจิตของเรา จะไม่อธิบายล่ะ นั่งสัก 30 นาที ลองดูซิ (ให้กำหนดนั่งวิปัสนา 30 นาที)

(ถอดจากเทปของคุณประยูร อโศกมนตรี ม.ร.ว. ส่งศรี เกตุสิงห์ ผู้ถอด)

(คัดมาจากส่วนหนึ่งในประวัติของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร พิมพ์แจกในงานเสด็จพระราชดำเนินพระราชทานเพลิงศพของท่าน ณ วัดป่าอุดมสมพร จังหวัดสกลนคร – 21 มกราคม 2521)

เรื่องที่ 4

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร
สอนวิปัสนากัมมัฏฐานขณะพระเณรนั่งสมาธิ*
ณ วัดป่าอุดมสมพร จังหวัดสกลนคร

ที่เรามาพร้อมกันวันนี้ให้พากันดูใจของตน ให้รู้จักที่อยู่ที่อาศัยของตน เกิดมาแล้วเราต้องแสวงหาที่พึ่งของเรา ถ้าเราไม่มีที่พึ่งที่อาศัยแล้วเราก็ไม่มีที่อยู่ เหตุฉะนั้นเราต้องหาหลักฐาน ต้องอบรมกรรมฐาน เหตุไฉนเรียกว่ากรรมฐาน กรรมว่างานที่ทำ ฐานะคือที่ตั้ง เวลานี้จิตเราตั้งอยู่ ณ สถานใด ในภูมิอันใด ในภพใด อยากรู้ต้องกำหนดจิตเข้า นึกคำภาวนาไปให้รู้จักหลักฐานของเรา เราเคยทำบริกรรมภาวนา ระลึกคำภาวนาอันใดแล้ว เราก็ระลึกคำภาวนานั้น ๆ เพ่งดูดวงจิตนั้นว่าอยู่สถานใด เวลานี้จิตของเราเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ จิตสงบหรือไม่สงบ เราต้องการความสุขต้องการความเจริญ จงทำจิตให้สงบอยู่ในกรรมฐาน ฐานที่ตั้งนี้พระพุทธเจ้าท่านวางไว้ หลักของพระพุทธศาสนาคือศีล สมาธิ ปัญญา เป็นเครื่องวัด ศีลเวลานี้เราทั้งหลายก็เป็นผู้สำรวมอยู่แล้ว กายก็ดี วาจาก็ดี ใจก็ดีเป็นปกติหรือสงบระงับอยู่แล้ว ยังอยู่แต่สมาธิ สมาธิเป็นผู้ตั้งจิตมั่นอยู่ภายใน ก็ลองตั้งดูซิ จิตตั้งมั่นเป็นอย่างไร มันไม่ได้ส่งไปข้างหน้ามาข้างหลัง ข้างซ้ายข้างขวา ข้างบนข้างล่าง ตั้งจำเพาะอยู่ที่รู้ ความรู้อยู่ตรงไหนเราก็เพ่งดูอยู่ตรงนั้น เราไม่ต้องหา ดูสิ่งที่มีอยู่ มีอยู่ในดวงจิตของเรา มันอยู่อย่างไรก็ดูอยู่อย่างนั้น เพื่อว่าจะได้รู้จักความเป็นอยู่ของเรา มันเป็นสุขเราก็รู้จัก มันเป็นทุกข์เราก็รู้จัก มันเฉย ๆ เราก็รู้จัก สมาธิคือมันว่างจากอารมณ์สัญญาหมดเราก็รู้จัก จิตของเราตกอยู่ในชั้นใดภูมิใดเราก็รู้จัก เช่น ตกอยู่ในกามาวจรหรือพ้นจากกามาวจร อย่างนี้เราก็รู้จัก

จิตพ้นจากกามาวจรนั้นอย่างไร คือจิตอยู่ในกามาวจรนั้นมันท่องเที่ยวอยู่ในรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะธรรมารมณ์ทั้งหลาย เป็นที่อารมณ์อยู่ ที่เรียกว่าผู้มี

---

* เป็นพระธรรมเทศนาการนำจิตขึ้นสู่ระดับอริยบุคคล (โสดาบัน) - ผู้จัดทำ

ความยินดีในรูปในเสียงในกลิ่นในรสในสัมผัสในอารมณ์ทั้งหลาย อย่างนี้เรียกว่าจิตอยู่ในกามาวจรภูมิ อยู่ในภพที่เรียกว่ากามภพ

จิตพ้นจากกามาวจรเป็นอย่างไร คือมันปล่อยวางรูปภายนอกเสียงภายนอกกลิ่นภายนอกรสภายนอก สัมผัสอารมณ์ทั้งหลายไม่มี เห็นแต่อัตตภาพร่างกายของเรานี้ มาพิจารณาสังขารร่างกายของเรานี้อยู่จำเพาะตัวของเรา ไม่ได้ส่งจิตไปอื่นไปไกล เห็นแต่สังขารร่างกายของเราเอง ความชำรุดทรุดโทรม หรือเห็นสังขารร่างกายอย่างที่เป็นอยู่นั้นอย่างนั้น มีผมขนเล็บฟันหนังเหล่านี้ ไม่มีสิ่งอื่นจะยิ่งไปกว่านี้จะเหนือไปกว่านี้ ความสุขก็ดีความทุกข์ก็ดี เห็นความชำรุดทรุดโทรมหรือเห็นความแตกสลายไป จิตมันก็เลยละจากรูปนี้ เกิดนิพพิทาความเบื่อหน่ายในรูปนี้ เพราะรูปนี้ไม่มีแก่น ไม่มีสาร ไม่มีสาระ เราถือว่าเป็นตัวเป็นตนเป็นสัตว์เป็นบุคคลเป็นเราเป็นเขา เมื่อเราพิจารณาในมูลกรรมฐานแล้ว เห็นว่าไม่ใช่สัตว์ไม่ใช่บุคคลไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนไม่ใช่เราไม่ใช่เขา เหตุใดจึงว่าเช่นนั้น เราก็พิจารณาดูซี่ ยกขึ้นมาอย่างนี้ ปิตตัง น้ำดี เสมหัง น้ำเสลด ปุพโพ น้ำเหลืองโลหิตัง น้ำเลือด เสโท น้ำเหงื่อ เมโท น้ำมันข้น อัสสุ น้ำตา วสา น้ำมันเหลวเขโล น้ำลาย สิงคานิกา น้ำมูก ลสิกา น้ำไขข้อ มูตตัง น้ำมูตร นี่มันเป็นคนที่ไหน มันไม่ได้เป็นผู้หญิงผู้ชาย ไม่ได้เป็นใครทั้งหมด มันเป็นอย่างนั้น

เมื่อเราเห็นอย่างนี้แล้วเราจึงละสักกายทิฐิได้ วิจิกิจฉา ความสงสัยเคลือบแคลงว่าจะเป็นอย่างโน้นอย่างนี้ไม่มี เป็นจริงอย่างนั้น เราเห็นอย่างนั้นแล้วจิตของเราก็ว่าง สงบลงไป เรื่องมันเป็นอย่างนี้ ก็พิจารณาเห็นได้ เช่นว่า น้ำมูกนี่มันจะเป็นคนได้อย่างไร น้ำลายจะเป็นคนได้อย่างไร น้ำมูตรจะเป็นคนได้อย่างไร พิจารณาดู เมื่อเราพิจารณาเห็นจริงแจ้งประจักษ์อย่างนั้นแล้ว เห็นว่ามันไม่มีตัวตนไม่มีสัตว์ไม่มีบุคคล ไม่มีเราไม่มีเขา สิ่งเหล่านั้นเขาไม่ได้เป็นอะไร เขาต่างอยู่อย่างนั้น เราหลงถือเอาเขาเป็นตัวเป็นตนเสียเอง เราพิจารณาแยกธาตุจำแนกออกแล้ว เลยเห็นว่าไม่มีตัวตน มันก็เลยละสักกายทิฐิ สัตว์บุคคลมันก็ละได้วางได้อารมณ์ สัญญาทั้งหลาย วิจิกิจฉาก็ไม่มีแล้ว สีลัพพัตตปรามาส ความลูบคลำว่าจะดีอย่างนั้นจะดีอย่างนี้ก็ไม่มีแล้ว มันก็เลยละได้

เมื่อจิตละได้แล้วมันก็วางจากรูป วางจากรูปมันก็ถึงอรูปภพ

อรูปภพคือเป็นอย่างไร คือจิตว่างหมดไม่มีอะไร เหลือแต่ผู้รู้

ความรู้นี่แหละเป็นของสำคัญ ที่เรียกว่า “พุทธะ” คือผู้รู้

เพราะเหตุนี้เราก็มาแสวงหาความรู้ เราต้องการความรู้ เราก็ทำความรู้นั้นอยู่ พิจารณาความรู้นั้นอยู่ ความรู้นี้ไม่ใช่มืด ไม่ใช่แจ้ง ไม่ใช่สว่าง ไม่ใช่หลง ความที่มันหลงเราก็รู้อยู่ มืดเรารู้อยู่ สว่างเราก็รู้อยู่ สุขมันก็รู้ ทุกข์มันก็รู้ อย่างนี้

เพราะฉะนั้นต้องกำหนดความรู้นี้ให้เห็นจริงแจ้งประจักษ์ในตัวของเรา ความรู้นี้เป็นของสำคัญมาก เช่น ทุกขเวทนาเกิดขึ้นก็ใช้ความพิจารณาให้เห็นจริงว่าเวทนาก็เป็นส่วนของเวทนา ผู้รู้ไม่ได้เป็นอะไรไปด้วย ไม่ได้แตกทำลายอะไรหรอก มันยังรู้อยู่ สุขเวทนาก็เช่นกัน สุขเกิดขึ้นก็รู้ว่าสุขมันเกิด รู้อยู่อย่างนั้น ไม่ไปหลงว่าสุขนั้นเป็นตัวตนของเรา ทุกข์เกิดขึ้นเราก็ดูให้รู้อยู่ว่ามันเกิดขึ้น ไม่ไปยึดความทุกข์เอาเป็นตัวเรา มืดเกิดขึ้นเราก็ดูมันรู้อยู่ สว่างเกิดขึ้นเราก็ดูมันรู้อยู่ ความรู้นี้เหนืออะไร ๆ หมด เหนือโลกเหนือโลกุตตธรรมทั้งหลาย มันเป็นอย่างนั้นแหละความรู้ เกิดมันก็รู้ แตกมันก็รู้ แต่ว่าเราทั้งหลายเห็นความเกิดขึ้นมาก็หลง เห็นความตายขึ้นมาก็หลง แท้ที่จริงมันไม่ใช่อย่างนั้น แก่เราก็รู้ว่าแก่ ผู้รู้มันไม่ได้แก่ด้วย เจ็บไข้ได้พยาธิมันก็รู้อยู่ ผู้รู้ไม่ได้เจ็บไม่ได้ไข้ไปด้วย ตายมันก็รู้อยู่ ผู้รู้มันไม่ได้ตาย ที่จริงมันเป็นอย่างนี้

เหตุฉะนั้นให้พากันเร่งปฏิบัติภาวนา เพ่งเล็งดู กำหนดดู ไม่ต้องหาของสำหรับดูที่ไหน ดูของที่เรา เรามีอยู่หมดแล้วในตัวของเรา ที่ว่างก็มีหมดแล้ว ไม่ว่างก็มีอยู่แล้ว สุขก็มีอยู่แล้ว ทุกข์ก็มีอยู่แล้ว มีทุกอย่างเดี๋ยวนี้แหละ ดูที่เรามีอยู่น่ะแหละ มันตั้งอยู่อย่างไรก็เฝ้าดูมันอย่างนั้น ดูให้รู้ แล้วอย่าไปยึดเอาสิ่งโน้นสิ่งนี้มาเป็นตัวเป็นตน เรื่องมันเป็นอย่างนั้นแหละ เราต้องพากันเข้าใจข้อนี้ เหตุฉะนั้นจึงได้มาทำกรรมฐาน กรรมคือการที่กระทำ ฐานฐานะคือที่ตั้ง ตั้งให้มันอยู่ ว่างอยู่ก็ให้รู้ ไม่ว่างก็ให้รู้ เราจะละได้ต้องเพ่งมูลกรรมฐาน ท่านสอนมูลกรรมฐานก็เพื่อให้รู้ตามจริง ท่านสอนเรื่องผมให้เรารู้ว่าผมมันเป็นยังไง มันเป็นคน หรือเป็นอะไร ผมนี่มันเป็นของสะอาดหรือไม่สะอาด นี่เป็นวิธีที่จะกำจัดราคะ โลภะ โทสะ โมหะของเรา เพื่อให้กำจัดความทะเยอทะยานเรื่องตัวตนของเรา ขนล่ะมันเป็นคน

ที่ไหน เล็บอย่างนี้มันเป็นคนที่ไหน ฟันอย่างนี้เป็นคนที่ไหน หนังมันเป็นคนที่ไหนเล่า เนื้ออย่างนี้เป็นคนที่ไหน เส้นเอ็นเป็นคนที่ไหน กระดูกเป็นคนที่ไหน เยื่อในกระดูกเล่าเป็นคนที่ไหนเล่า พิจารณาดูซี่ หทัยวัตถุเป็นคนที่ไหน ตับไตไส้น้อยไส้ใหญ่อาหารเก่าอาหารใหม่นั่นเป็นคนที่ไหน เราพากันมาเพ่งดูสิ่งเหล่านี้ให้เห็นอย่างว่านั้น เราจึงจะละอุปทานการยึดถือได้ เราจึงละสักกายทิฐิได้ ถ้าเราไม่พิจารณาอย่างนี้แล้วมันละไม่ได้มันวางไม่ได้ ถ้าเราเห็นตามความเป็นจริงแล้วมันก็ไม่มีที่ยึดไม่มีที่จะถือเอาในตัวของเรา เมื่อจิตมันเห็นแล้วมันก็ปล่อยเองวางเอง

เหตุนั้นให้พากันกำหนดเพ่งเล็งดู วางอารมณ์ลงไป ดูลมหายใจเข้าลมหายใจออก เพ่งลงไป ดูให้รู้ใครเป็นผู้ว่านี้คือผม นี้คือขน นี้คือเล็บ นี้คือฟัน นี้คือหนัง ผมก็เป็นผม ขนก็เป็นขน เล็บก็เป็นเล็บ ฟันก็เป็นฟัน หนังก็เป็นหนัง ยังเหลืออะไรล่ะ ดูเข้าซี่ เราจะเห็นตนล่ะ ตนก็คือผู้รู้ว่านี่ผม นี่ขน นี่เล็บ นี่ฟัน นี่หนัง ตนคือผู้รู้ว่าสุข ว่าทุกข์ ว่าดี ว่าชั่ว ผู้นั้นแหละตนล่ะ ไปจ้องดูซิ ให้มันเห็นแน่นอนซี ผู้นั้นไม่ได้เป็นอะไรนี่ ไม่ได้เป็นผม เป็นขน เป็นเล็บ เป็นฟัน เป็นหนัง มันเป็นแต่ผู้รู้เท่านั้น ผู้รู้มันไม่ดับไม่หาย ไม่แตกไม่สูญ ไม่ทำลาย ว่างมันก็รู้ว่าว่าง หมดมันก็รู้ว่าหมด แต่ผู้รู้มันไม่รู้จักหมด เป็นอยู่อย่างนั้นตั้งแต่ไหนแต่ไรมา ถ้าเราหลงแล้วเอาผู้รู้ไปผสมผะเส ไปยึดอะไรเข้ามา ก็เป็นตัวสมุทัย เป็นตัวภพตัวชาติขึ้นมาก นี่มันเป็นอย่างนั้น

ถ้าเรากำหนดให้รู้จริงแล้วมันไม่มีอะไรไม่เป็นอะไรหรอก มันเป็นแต่รู้เท่านั้น ธรรมชาติมีอยู่อย่างนั้น เกิดมันก็ไม่เกิด ถ้าจะเกิดมันก็รู้ แล้วจะเกิดไปทำไมล่ะ แก่มันก็รู้ จะไปแก่ทำไมล่ะ เจ็บมันก็รู้ จะไปเจ็บทำไมล่ะ ตายมันก็รู้ จะไปตายทำไมล่ะ หลงมันก็รู้แล้วจะไปหลงทำไม นี่จึงว่า "พุทธะ" คือผู้รู้ ความรู้นี้แหละสำคัญมาก เราต้องเจริญให้ยิ่ง ทำให้ยิ่ง พิจารณาให้ยิ่ง กำหนดให้ยิ่ง ต้องเพ่งอยู่สิ่งเดียว พอเรากำหนดจิตนิ่งอยู่สิ่งเดียวแล้ว โรคทั้งหลายมันก็ระงับดับหมด ภัยมันก็ดับหมด กิเลสตัณหาราคะโลภะโทสะโมหะมันก็ดับไปเอง เพราะจิตนั้นไม่เป็นแล้ว ใครจะมาเป็นเล่า ภัยเวรมันก็ดับไปเอง ผู้นั้นไม่มีภัยแล้ว ภัยมันจะมาจากไหนเล่า ผู้นั้นไม่มีเวรแล้ว เวรมันจะมาจากไหนเล่า ผู้นั้นไม่มีกรรม กรรมมันจะมาจากไหนเล่า ผู้นั้นไม่ทุกข์ ทุกข์มันจะมาจากไหนเล่า มันก็เป็นแต่ผู้รู้

เท่านั้น ทำให้รู้เสียเดี๋ยวนี้ ให้เห็นแจ้งประจักษ์เชื่อมั่นลงไปซิ ความรู้ไม่ได้เป็นทุกข์ ไม่ได้เป็นภัย ไม่มีได้เป็นเวร เวลานี้เราไปยึดเอาภัย มันก็เป็นภัย ไปยึดเอาเวร มันก็เป็นเวร ไปยึดเอากรรม มันก็เป็นกรรม ยึดเอาทุกข์ มันก็เป็นทุกข์ ยึดอย่างไหนมันก็เป็นอย่างนั้น

เพราะเหตุนั้นท่านจึงให้ไม่ยึดอะไรทั้งหมด ท่านให้ปล่อยให้วางให้ละ ในธัมมจักกัปวัตนสูตร ท่านว่า "จาโค ปฏินิสสัคโค มุตติ อนาลโย" จาโค คือความสละหรือความละความวางความปล่อยให้ เมื่อจิตเราเป็นหนึ่งอยู่แล้ว เป็นเอกัง จิตตัง จิตดวงเดียวแล้ว เอกัง ธัมมัง เป็นธรรมดวงเดียวแล้ว สิ่งทั้งหลายก็ว่างไปเอง ไม่มีอะไร ว่างหมด จิตเป็นธรรมอยู่ดวงเดียวนั้นแหละ ไม่ต้องส่งหน้าส่งหลัง คำนึงถึงอื่นล่ะ จะพ้นทุกข์ก็พ้นตรงนั้นแหละ พ้นทุกข์ก็เมื่อจิตมันไม่ทุกข์น่ะแหละ มันเป็นแต่ผู้รู้ รู้มันไม่ใช่ทุกข์ มันกำหนดรู้อยู่อย่างนั้น สิ่งใดเกิดขึ้นก็รู้อยู่อย่างนั้น ท่านว่าปัญญาวิปัสสนากรรมฐานผู้รู้จักที่เกิดแห่งสังขาร รู้จักที่ดับแห่งสังขาร เห็นทุกข์เห็นโทษเห็นภัยในสังขาร อย่างนี้เป็นวิปัสสนาคือความรู้แจ้งเห็นจริง เรื่องมันเป็นอย่างนี้ เหตุนี้แหละจึงให้พากันทำให้เข้าใจ พวกเรากระทำศีลสมาธิปัญญาให้มันแน่นอนลงไปซิ ปัญญานั้นคือความรู้ว่าจิตของเรามีอยู่อย่างไร สมาธินั้นคือจิตของเราตั้งมั่น เมื่อตั้งแล้วจะเอนเอียงอย่างไรเราก็รู้ มันตรงอยู่เราก็รู้ มันนิ่งอยู่เราก็รู้ นี่แหละความสุขทั้งหลายเกิดจากความสงบเป็นสมาธิ ปัญญาก็เกิดจากสมาธินี่แหละ

ถ้าเราตั้งหลักตั้งฐานได้แล้วมันก็มีรากฐานปัญญาเกิดขึ้น พอจิตเคลื่อนไหวมันก็รู้แล้ว นั่นเรียกว่าปัญญา จิตนิ่งมันก็รู้อีกแหละ นั่นเรียกว่าสติ ปัญญาอยู่ตรงนี้ ไม่ได้อยู่ที่อื่นไกล ให้พากันเข้าใจ แต่นี้ต่อไปให้พากันหมั่นทำข้อปฏิบัติอยู่เสมอ เราต้องการพ้นทุกข์ ทุกข์ทั้งหลายไม่ได้อยู่บนฟ้าอากาศ ไม่ได้อยู่ในต้นไม้ภูเขาเหล่ากอ อยู่จำเพาะที่จิตของเรา เมื่อจิตของเราไม่ทุกข์แล้วจะเอาอะไรมาทุกข์เล่า มันก็พ้นที่จิตไม่ทุกข์น่ะแหละ จะพ้นตรงไหน ถ้าจิตไม่ทุกข์ก็แปลว่ามันพ้นน่ะซี จิตยังมีทุกข์ก็แปลว่ายังไม่พ้น เมื่อจิตยังมีภพอยู่ก็แปลว่ามันยังไม่พ้นจากทุกข์ เมื่อจิตไม่มีภพมันก็หมดภพเพราะมันไม่ได้ไปยึดอะไรนี่ ไม่ได้ไปเกาะอะไร มันเป็นแต่ผู้รู้อยู่เท่านั้น มันจะเอาภพมาจากไหน ได้ยินได้ฟังแล้วต้องทวน

กระแสเข้ามา เอหิปัสสิโก เรียกร้องสัตว์ทั้งหลายมาดูธรรม ก็ดูรูปธรรม นามธรรม ของเราเองน่ะซิ รูปธรรมก็อัตภาพร่างกายของเรา นามธรรมก็ดวงใจของเรา เรามาดูซี่ ธรรมนี้เป็นกุศลธรรมหรืออกุศลธรรมหรืออัพยากตธรรม เราต้องรู้จักกุศลธรรมคือความสุข อกุศลธรรมคือความทุกข์ อัพยากตธรรมสุขก็ไม่ใช่ ทุกข์ก็ไม่ใช่ ดีก็ไม่ใช่ ชั่วก็ไม่ใช่ ปฏิเสธทั้งหมด

เพราะฉะนั้นเมื่อเราทั้งหลายต้องการความพ้นทุกข์ ต้องรู้ว่ามันพ้นที่จิตสงบ เมื่อจิตของเราสงบแล้วมันก็พ้นตรงนั้นเอง ไม่ต้องไปหาที่อื่น นี่แหละข้อปฏิบัติ

เพราะฉะนั้นให้พากันทำจิตของเราให้แน่วแน่ลงไป กำหนดผู้รู้เอาไว้ ผู้รู้นั้นไม่ใช่สุขไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่ดีไม่ใช่ชั่ว ผู้รู้คือพุทธะ ให้เราถึงพุทธสรณะ ธรรมสรณะ สังฆสรณะ ได้สรณะที่พึ่งอย่างแน่วแน่จริง แจ้งประจักษ์ลงไป ไม่มีสรณะอื่นจะยิ่งไปกว่านี้ เมื่อท่านทั้งหลายได้สดับตรับฟังแล้วในโอวาทานุศาสนีธรรมะคำสั่งสอนนี้ ซึ่งแสดงโดยย่นย่อพอเป็นข้อปฏิบัติประดับสติปัญญาบารมี ก็ให้พากันโยนิโสมนสิการ กำหนดจดจำนำไปประพฤติปฏิบัติฝึกหัดตนของตนให้เป็นไปในศีล เป็นไปในธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว พวกท่านทั้งหลายจะประสบแต่ความสุขความเจริญงอกงามดังได้แสดงมา เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้

(ถอดจากบันทึกในแถบบันทึกเสียงของนายแพทย์อวย เกตุสิงห์ ม.ร.ว. ส่งศรี เกตุสิงห์ ผู้ถอด อวย เกตุสิงห์ เรียบเรียง)

เชิงอรรถ (ผู้จัดทำ)

ภพ มีสามคือ กามภพ รูปภพ และอรูปภพ

กามาวจร คือภพของกาม ท่องเที่ยวในรูป รส กลิ่น เสียง และโผฏฐัพพะ

วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัยในธรรม

การละทิ้งสักกายทิฐิ คือการเห็นว่าชีวิตและสิ่งต่าง ๆ ทั้งหลายเหมือนกันหมดไม่แตกต่าง เพราะเกิดขึ้นมาจากไตรลักษณ์ และจบสิ้นไปในไตรลักษณ์ จึงเป็นหนึ่งเดียว เมื่อเห็นเช่นนี้จิตก็จะสงบเพราะไม่มีผลประโยชน์จากตัวและสิ่งรอบ ๆ ตัวเอง อันเป็นธรรมข้อแรกของโสดาบัน (ไตรลักษณ์ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป)

สีลัพพัตตปรามาส การเชื่อ-เห็นผิดในทางธรรม ในระดับสูงคือการลูบคลำในธรรม ทำให้การปฏิบัติธรรมไม่ก้าวหน้า

เรื่องที่ 5

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร
ท่านสอนธรรมะอะไรในเบื้องต้น*
พร้อมบทวิเคราะห์และบทขยายความ
โดย น.พ. ชัยเยนทร์ รัตนวิจารณ์

ในเบื้องต้น พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านจะสั่งสอนธรรมะแก่ศิษย์ผู้เริ่มต้นให้รู้จักหลักธรรมในพุทธศาสนาโดยย่อ เพื่อจะให้เริ่มต้นศึกษาธรรมะอย่างถูกต้อง ซึ่งมีอยู่สามประการ คือ

(1) ให้รู้จักตัวเองนี้คืออะไร

(2) จะรักษาตัวเองให้พ้นภัย และทำให้ดีขึ้นได้อย่างไร

(3) กฎเกณฑ์การอยู่ในสังคมนั้นให้ปฏิบัติตัวอย่างไร

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านได้ให้ความสำคัญของการศึกษาธรรมะในเบื้องต้นอย่างมาก ไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าการสอนธรรมะในระดับสูง ผู้ที่เข้ามาถวายตัวเป็นลูกศิษย์ใหม่ก็มีจำนวนไม่น้อยที่ต้องการเริ่มต้นบทเรียนธรรมะในระดับนี้ก่อน เพื่อจะได้เป็นรากฐานอันสำคัญในการที่จะได้ศึกษาพุทธศาสนาให้เข้าใจในระดับสูงขึ้นไปอีก รวมทั้งสามารถที่จะนำเอาไปประกอบการปฏิบัติธรรมได้อย่างถูกต้องตั้งแต่ระดับต้น ๆ จนสูงขึ้นไป ซึ่งก็แล้วแต่ความประสงค์ของผู้ปฏิบัติที่จะเจาะจงเอาระดับใด และจะหยุดอยู่แค่ไหนหรือต่อไปอีก บางท่านก็ต้องการปฏิบัติเพื่อนำความสุขสมบูรณ์และความสำเร็จในอาชีพการงานของตนเองและครอบครัว หรือจะประสงค์ที่จะศึกษาธรรมะให้สูงขึ้นไปอีกจนเข้าสู่ระดับอริยบุคคล อันเป็น

---

* เป็นการเขียนจากความทรงจำ เป็นธรรมดาที่ต้องมีคำพูดและความคิดของผู้เขียนปนลงไปด้วย แต่ไม่ให้เสียความเดิม ในบทวิเคราะห์และการขยายความเป็นความเห็นและคำพูดของผู้เขียนเอง โดยใช้ภาษาไทยยุคปัจจุบันธรรมดาเพื่อการเข้าใจง่าย

ธรรมะขั้นวิมุติต่อไปภายในภาคหน้าก็ย่อมทำได้ โดยยึดหลักธรรมอันเป็นรากฐานเบื้องต้นนี้ประจำใจไปตลอดไม่ต้องเปลี่ยนแปลง

ความเบื้องต้น

ในปัจจุบันพุทธศาสนิกชนทั้งหลายยึดพุทธศาสนาเป็นสรณะที่พึ่งทางใจและมีการปฏิบัติในกิจของพุทธศาสนา ซึ่งผู้เขียนมีความเห็นว่าควรแบ่งออกได้เป็นสี่ประเภท คือ

ประเภทที่หนึ่ง ให้ความนับถือในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มีความรู้สึกว่าไม่จำเป็นต้องกราบไหว้บูชาหรือศึกษาและปฏิบัติธรรม เพราะเขาเองคิดว่าตนรู้ดีรู้ชอบหมดแล้วไม่ต้องไปศึกษาเพิ่มเติมอีก กลุ่มชนเหล่านี้อาจชอบบูชาวัตถุมงคล และอาจมีมงคลตื่นข่าวได้ง่ายเพราะขาดปัญญาวิเคราะห์เหตุการณ์ต่าง ๆ

ประเภทที่สอง ให้ความเคารพในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ กราบไหว้บูชา สวดมนต์อยู่เป็นนิจหรือไม่เป็นนิจก็แล้วแต่ เพื่อแลกกับความศักดิ์สิทธิ์ของพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ อย่างใดอย่างหนึ่งหรือทั้งหมด เพื่อขอความคุ้มครองและเป็นศิริมงคล รวมทั้งการบริจาคทานหรือบนบานศาลกล่าว และการประพฤติดีประพฤติชอบตามอัธยาศัยของตน เพื่อแลกความคุ้มครองจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือขอสิ่งที่ตนปรารถนา ชนกลุ่มนี้ปฏิบัติเพียงเท่านี้โดยไม่ยอมศึกษาหรือปฏิบัติธรรม อาจเข้าใจผิดไปว่าการศึกษาธรรมะเป็นเรื่องของสงฆ์เท่านั้นเรื่องการถือศีลก็เป็นกิจของสงฆ์เช่นเดียวกัน ชนกลุ่มนี้ก็อาจเป็นชนกลุ่มที่ชอบบูชาวัตถุมงคล และอาจเข้าไปอยู่ในกลุ่มมงคลตื่นข่าวได้ เพราะยังไม่มีปัญญาในธรรมพอที่จะวิเคราะห์แยกแยะในเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้

ประเภทที่สาม มีความเคารพกราบไหว้บูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์และยึดถือเป็นสรณะ รวมทั้งศึกษาปฏิบัติธรรมเป็นบางโอกาส แต่ก็ยังเน้นหนักไปทางการปฏิบัติธรรมด้วยการกราบไหว้ บูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เพื่อแลกเปลี่ยนกับความคุ้มครองหรือขอสิ่งที่ตนปรารถนาจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ชน

กลุ่มนี้พอมีปัญญาในธรรมอยู่บ้างพอที่จะวิเคราะห์เหตุการณ์มงคลตื่นข่าวว่าจะให้ความสนใจเพียงใดหรือไม่

ประเภทที่สี่ มีความเคารพกราบไหว้บูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และยึดถือเป็นสรณะ รวมทั้งศึกษาปฏิบัติธรรมเป็นบางโอกาส หรือเป็นประจำเป็นนิจ แต่เน้นหนักไปในทางศึกษาปฏิบัติธรรมไปในแนวเจริญปัญญา การกราบไหว้บูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เพื่อการเคารพบูชาและระลึกถึงพระคุณ ชนกลุ่มนี้มีปัญญาในธรรมแตกฉานพอที่จะสามารถวิเคราะห์เหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ ไม่ตกอยู่ในพวกมงคลตื่นข่าว จึงไม่นิยมบูชาหรือสะสมพระเครื่องหรือวัตถุมงคลต่าง ๆ บุคคลระดับนี้สามารถใช้ปัญญาในธรรมของตนคุ้มครองตนเองได้ระดับหนึ่ง

ปัญหาการศึกษาปฏิบัติธรรมของชาวพุทธทั่วไป

ในปัจจุบันพุทธศาสนิกชนทั่ว ๆ ไป (ความเห็นของผู้เขียน) มีอิสระเสรีที่จะศึกษาธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตอนไหนก็ได้หรือจุดไหนก็ย่อมได้ ไม่ว่าสูงหรือต่ำสุดแท้แต่พระท่านจะหยิกยกขึ้นมาสอนหรือเทศนา หรือสุดแท้แต่หนังสือธรรมะที่ได้มา แม้ในสำนักหรือวัดเดียวกันการเทศน์หรือสอนก็ไม่มีความต่อเนื่องยิ่งถ้าไปศึกษามาจากมากมายหลายวัดยิ่งหาความต่อเนื่องในการสอนธรรมะนั้นคงเป็นไปไม่ได้เลย ดังนั้นผู้ที่จะศึกษาธรรมะก็ต้องใช้สติปัญญาของตนพยายามขวนขวายพินิจพิจารณาธรรมะต่าง ๆ ที่ได้มาจากโอกาสต่าง ๆ มาปะติดปะต่อให้เป็นเรื่องต่อเนื่องให้ได้ ถ้าเป็นผู้มีภูมิปัญญาดีก็จะสามารถต่อเนื่องกันได้ แต่มีบุคคลจำนวนไม่น้อยที่ยังมีความสับสนยังหาจุดเริ่มต้นในการเรียนธรรมะ และการต่อเนื่องในลำดับของธรรมะที่ได้ฟังมายังไม่ลงตัว ทำให้เข้าใจไปว่าธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ยากหรือสูงเกินไป หรือมีมากมายจนเกินกว่าที่จะรับหรือศึกษาได้ ทำให้ท้อแท้หมดกำลังใจที่จะศึกษาและหยุดศึกษาไป แล้วหันไปทำแต่การกราบไหว้บูชาและทำบุญทำทานด้วยอามิสไป ผู้นั้นก็เลยทำให้ตนเองปิดกั้นประตูการเจริญปัญญาไปอย่างน่าเสียดาย สิ่งนี้ไม่สมควรให้เกิดขึ้นเพราะการ

ศึกษาสำคัญที่สุดของพระพุทธศาสนาอยู่ที่การเจริญปัญญา เพราะการประพฤติเพียงการกราบไหว้บูชาและบริจาคทานศาสนาอื่น ๆ ก็มีเช่นเดียวกัน

แท้ที่จริงธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสามารถเจริญปัญญาได้ไม่ยากนักในระดับเริ่มต้น แต่ถ้าจะให้ดีจำเป็นต้องทราบและเข้าใจด้วยการเริ่มต้นศึกษาหลักของพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้องเสียก่อน ก็จะทำให้เข้าใจธรรมะได้เร็วยิ่งขึ้นและสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องและรวดเร็ว โดยทั่วไปการศึกษาไม่ว่าจะศึกษาอะไรหรือวิชาอะไร ถ้าจะเรียนให้ดีให้เข้าใจ ก็ต้องมีหลักเกณฑ์และต้องเข้าใจในหลักการของวิชานั้นอย่างถ่องแท้ก่อน เมื่อศึกษาไปสงสัยอะไรก็ให้ใช้หลักการนั้นมาพิจารณาดู ก็จะทำให้คิดได้และเข้าใจหรือสามารถแก้ปัญหานั้นได้ ทำให้การศึกษาเป็นไปอย่างได้ผล การศึกษาธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้เข้าใจอย่างได้ผล ก็ต้องเข้าใจในหลักการหรือมีหลักการศึกษาของพุทธศาสนาเสียก่อน และให้เข้าใจในหลักการนั้นอย่างถ่องแท้ด้วย ดังนั้นพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านจะสอนและเน้น **หลักของพุทธศาสนา*** ของท่านแก่ทุก ๆ คนที่ไปถวายตัวเป็นลูกศิษย์ วิธีการสอนของท่านนั้นเป็นกลวิธีการสอนแบบวิชาครูสมัยใหม่ โดยใช้วิธีสอนแบบ “ถาม - ตอบ” กลับไปกลับมาระหว่างผู้เรียนและผู้สอน สามารถประเมินผลไปในตัวว่าผู้เรียนสามารถเข้าใจและเก็บความได้หมดและถูกต้องหรือยัง ซึ่งยากที่ผู้เขียนจะเก็บคำพูดสนทนาได้หมด แต่ก็ได้พยายามเก็บความให้มากและใกล้เคียงที่สุดเท่าที่ทำได้ หลักการของพุทธศาสนา* อันเป็นรากฐานในการศึกษาและปฏิบัติธรรมนั้นมีเพียง 3 ข้อเท่านั้นตามแนวการสอนขั้นต้นของอาจารย์ฝั้น อาจาโร ซึ่งมีลำดับดังนี้คือ ข้อหนึ่ง ให้รู้จักว่าตัวเองคือใคร ข้อสองรักษาตัวเองให้พ้นภัยได้อย่างไร และข้อสาม กฎเกณฑ์การคบค้าสมาคมกับผู้อื่นให้ปฏิบัติอย่างไรบ้าง ดังได้กล่าวไว้แต่ตอนต้น

---

* ผู้เขียนเรียกว่า “หลักของพุทธศาสนา” เอง โดยพระอาจารย์ฝั้นท่านสอนไปเฉย ๆ โดยไม่มีชื่อเรียก

ขยายความหลักธรรมข้อที่ 1

เมื่อมีพุทธศาสนิกชนหน้าใหม่เข้ามากราบถวายตัวเป็นลูกศิษย์ พระอาจารย์ฝั้น จะให้ หลักของพุทธศาสนา* ซึ่งเป็นรากฐานในการศึกษาและปฏิบัติธรรมแก่ทุก ๆ คน และทุก ๆ ครั้ง ไม่ว่าคณะใดหรือบุคคลใดเมื่อแรกเข้าพบท่านก็จะเริ่มต้นด้วยคำถามว่า "รู้จักตัวเองหรือยังว่าเป็นอะไรอยู่ตรงไหน?" บุคคลส่วนใหญ่มักฉงนและตอบว่าตัวเราก็คือตัวหนึ่ง ขาสอง แขนสอง นั่งอยู่ตรงนี้ แต่พระอาจารย์ฝั้น ท่านก็เมตตาสอนว่า "นั้นไม่ใช่ตัวเรา" ผู้ฟังบางคนอาจจะปากกล้าใจกล้าถามท่านขึ้นไปว่า "ถ้าไม่ใช่ตัวเราแล้วเป็นของใครครับ/เจ้าคะ" ท่านก็เมตตาสอนต่อไปว่า "นั้นเป็นเพียงร่างกายไม่ใช่ตัวเรา แต่เป็นของพ่อและแม่ให้มาใช้เท่านั้น ทำนองเดียวกันกับสัตว์เลี้ยงของเราเมื่อตกลูก ลูกของสัตว์เลี้ยงก็เป็นของเราใช่ไหม? ร่างกายของเราก็เป็นของพ่อ - แม่เช่นกัน" ทุกคนที่ได้ฟังก็เข้าใจและเห็นด้วย แต่ก็ยังไม่ทราบว่าตัวเรานั้นเป็นอะไร พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านก็เมตตาสอนต่อไปว่า ตัวเราจริง ๆ นั้นคือ "ใจ" ใจนั้นคือตัวเรา ส่วนร่างกายนั้นคือที่อาศัยของใจหรือเป็นพาหนะที่จะนำตัวเรา (ใจ) ไปไหน ๆ ได้ และทำอะไร ๆ ได้ตามคำสั่งของใจ (เปรียบเหมือนกับการขับรถยนต์ "กาย" ก็เปรียบเหมือนกับตัวรถยนต์ ส่วน "ใจ" นั้นคือคนขับรถยนต์ - ผู้เขียน)

ถ้าพิจารณาดูให้ดีแล้ว การที่ท่านอาจารย์ฝั้น อาจาโร สอนให้รู้จักตัวเราคืออะไร ก็เพื่อให้เข้าใจว่าตัวเรานั้นไม่ใช่ "กาย" นี้ เพราะถ้าเข้าใจผิดว่ากายคือตัวเรา อาจจะทำให้หลงกายของเราเองนี้ได้ แล้วจะทำให้หลงหาสิ่งต่าง ๆ มาบำรุงบำเรอกายจนเกินความจำเป็น อันเป็นบ่อเกิดแห่งทุกข์ไม่มีที่สิ้นสุด โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าให้ความสำคัญในกายมากเกินไป กายจะเป็นตัวสั่งหรือตัวบังคับใจให้ทำตามความสำคัญของกาย ก็จะเกิดความทุกข์ทวีคูณขึ้นไปอีก เพราะกายนี้เป็นภาครับรส กลิ่น เสียง และโผฏฐัพพะ เมื่อให้ความสำคัญต่อกายมากเกินไป ก็จะทำให้

---

* ผู้เขียนเรียกว่า "หลักของพุทธศาสนา" เอง โดยพระอาจารย์ฝั้นท่านสอนไปเฉย ๆ โดยไม่มีชื่อเรียก

หลงเคลิบเคลิ้มวนเวียนอยู่กับสิ่งเหล่านี้ เมื่อเป็นเช่นนี้แล้วกายก็จะเป็นนายสั่งให้ใจแสวงหาสิ่งเหล่านี้มาบำรุงบำเรอ แล้วก็สำคัญผิดไปว่าได้ความสุขจากสิ่งเหล่านี้และพอใจด้วย ยกตัวอย่างเช่น ผู้ติดสุรา ยาเสพติด ติดเที่ยวกลางคืน หรือติดในกามารมณ์เกินไป ฯลฯ บุคคลเหล่านี้ล้วนแล้วแต่ให้ความสำคัญในกายมากเกินไปทั้งสิ้น ในทางกลับกันถ้าให้ความสำคัญของ "ใจ" มากกว่าแล้ว กายก็จะเป็นเพียงพาหนะหรือเครื่องมือรับใช้ของใจเท่านั้นเอง ใจเป็นผู้ออกคำสั่งให้กายทำงานตามประสงค์ ใจก็จะบำรุงรักษากายเท่าที่จำเป็นเท่านั้น การที่จะปล่อยให้กายหลงใหลในรูป รส กลิ่น เสียง โผฏฐัพพะ ก็เกิดขึ้นได้ยาก หรือถ้าเกิดขึ้นก็เกิดได้ไม่ถึงกับหลงใหลไปตามความต้องการของกาย การจะให้ความสำคัญในกายให้น้อยลงและจะลดน้อยลงเพียงใดก็สุดแท้แต่ความปรารถนาและภูมิปัญญาของผู้นั้นกำหนดเองหรือสมยอมเองทั้งสิ้น การให้ความสำคัญของกายลดลงนี้คือการเจริญปัญญาอย่างหนึ่ง

นอกจากนี้พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านยังสอนว่า การทำดีหรือทำชั่วทั้งหลายนั้น "ใจ" เป็นผู้รับเอาผลดีและผลชั่วแต่เพียงผู้เดียวเท่านั้น อันเป็นผลให้ใจเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ และทำให้เกิดเป็นผลส่งต่อไปให้กายเป็นสุขหรือทุกข์ตามไปด้วยตามลำดับ ใจก็เปรียบเหมือนตะกร้าใบใหญ่ที่เราทำอะไรลงไปไม่ว่าดีหรือไม่ก็ตามจะถูกบรรจุไว้ที่ใจทั้งหมดโดยอัตโนมัติ แล้วก็มีผลออกมาในทางสุขหรือทุกข์แล้วแต่การกระทำของตนเองทั้งสิ้น จะโทษภาวะแวดล้อมไม่ได้ เพราะภาวะแวดล้อมจะเป็นอย่างไรก็ตาม แต่ถ้าผู้นั้นไม่ลงมือกระทำลงไปเอง ภาวะแวดล้อมนั้น ๆ ก็ไม่มีผลอะไรเลยต่อผู้นั้น ภาวะแวดล้อมนั้นส่วนใหญ่มักเป็นบุคคลในครอบครัวหรือในอาชีพการงาน ฯลฯ

ขยายความหลักธรรมข้อที่ 2

ข้อที่สองของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านได้กล่าวต่อไปว่า เมื่อรู้ว่าตัวเราเป็นอะไรและอยู่ที่ไหนแล้ว ก็ให้รู้ว่าตัวเรานั้น (ใจ) เป็นสมบัติของเราจริง ๆ เป็นตัวของเราจริง ๆ ไม่ใช่ของใคร ดังนั้นเราจะต้องรักษาตัวเรา (ใจ) ไว้ให้ดีอย่า

ให้เสียหายหรือตกต่ำลงไป วิธีการก็คือปฏิบัติตัวในกาย วาจา ใจ แล้วทำให้มีผลให้ใจสงบ ก็แปลว่าถูกต้องหรือเรียกว่า "เป็นบุญ" ตรงข้ามถ้าเราปฏิบัติตัวโดยทำในกาย วาจา ใจ แล้ว ทำให้มีผลให้ใจไม่สงบหรือเร่าร้อนว้าวุ่น แปลว่าผิดทางให้เลิกเสีย เพราะเป็นการกระทำที่เรียกว่า "ทำบาป" ฉะนั้นขอให้เข้าใจให้ดีในเรื่อง "บุญ บาป" ขอย้ำอีกครั้งว่าการ "ทำบุญ" คือการทำอะไรก็แล้วแต่ที่มีผลทำให้ใจสงบ ส่วนการ "ทำบาป" ก็คือการกระทำอะไรก็แล้วแต่มีผลทำให้ใจไม่สงบ คนเราทุกวันนี้พูดกันอยู่เสมอเรื่อง "บุญ - บาป" แต่จริง ๆ แล้วกลับไม่เข้าใจหรือไม่รู้เรื่อง "บุญ - บาป" ดีพอ โดยเข้าใจคลาดเคลื่อนไปว่าการทำบุญคือการให้ทาน การทำบาปคือการทำให้ผู้อื่นเสียหาย แต่การกระทำที่มีผลให้ตนเองครุ่นคิดหนักอกหนักใจ กลุ้มใจ กังวลใจ กลับไม่รู้ว่านั้นกำลังทำบาป กลับเข้าใจผิดไปว่าไม่ผิดและไม่เสียหายอะไร ถ้าเข้าใจเรื่องนี้ไม่ถูกต้องดังกล่าว เมื่อไปศึกษาธรรมะหรือปฏิบัติธรรมสมาธิก็ไม่สามารถเข้าใจหรือฝึกใจก้าวหน้าไปได้เท่าที่ควร เพราะแกนหลักคือใจไม่ไปหรือไม่พัฒนาความสงบได้ แต่กลับไปศึกษาและพัฒนาปัญญาทางพระอภิธรรมซึ่งได้เพียงสุตะและจินตาเมยะปัญญาเท่านั้น การศึกษาธรรมจึงไม่ก้าวหน้าเท่าที่ควร การพิจารณาความสงบของจิตนี้เป็นหลักของพุทธศาสนาแท้ ๆ ใช้ได้ตั้งแต่ระดับปุถุชนธรรมดาและสูงขึ้นไปเรื่อย ๆ แม้ในระดับอริยบุคคลก็ยังใช้อยู่แบบเดียวกัน จะต่างกันก็อยู่ที่ความละเอียดลงไปเท่านั้น

นอกจากนี้ พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ยังมีเมตตาสอนเกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้ต่อไปอีก แต่บางคนอาจไม่มีโอกาสได้ฟังเพราะเวลาและโอกาสมีน้อย เป็นธรรมที่ละเอียดขึ้นไปกว่าระดับการสอนตอนญาติโยมมาฝากตัวเป็นลูกศิษย์ ท่านแนะนำสั่งสอนว่า ในแต่ละวันทุก ๆ วัน ทุกขณะที่ทำได้ให้พิจารณาดูความสงบของจิตตลอดทั้งวัน และสุดท้ายก่อนนอนให้ประเมินผล รวมทั้งวันว่าจิตเราได้สงบลงมากน้อยเพียงใด ถ้าสงบลงมากกว่าวันวาน ก็แสดงว่าจิตมีความก้าวหน้าหรือได้กำไรขึ้น (ได้บุญ) แต่ถ้าเกิดพลาดพลั้งไปกระทำอะไรเข้าเป็นผลให้จิตใจสงบน้อยลงหรือจิตเกิดว้าวุ่นและรุ่มร้อน แสดงว่าได้ทำให้จิตใจขาดทุนหรือเกิดบาปขึ้นแล้วในใจ ให้พึงละเว้นและแก้ไขเสียให้จิตสงบลง ในวันรุ่งขึ้นต้องไม่กระทำความผิดซ้ำเติมอีก การปฏิบัติได้เช่นนี้ก็เท่ากับว่าให้ศิษย์ของท่านได้ปฏิบัติธรรมทุกวัน

ปฏิบัติในระหว่างงานหรือชีวิตประจำวัน ให้มีสติพิจารณาความสงบอยู่ทุกขณะ เมื่อสิ้นสุดภารกิจในชีวิตประจำวันคือก่อนนอนก็ให้ประเมินผลเพื่อให้ทราบผลงานในวันนั้น แล้วตั้งเป้ารวมทั้งวิธีปฏิบัติตนในวันรุ่งขึ้นด้วย แสดงว่าหลักการปฏิบัติธรรมที่ท่านอาจารย์ฝั้น อาจาโร ได้เมตตาสั่งสอนไว้นั้น เป็นวิธีที่เหมาะสมในการปฏิบัติสำหรับทุก ๆ คนในทุก ๆ อาชีพก็ทำได้หมด ทุกคนสามารถปฏิบัติธรรมได้ทุกขณะจิตตลอดทั้งวัน ไม่ว่าจะกำลังทำงานอยู่หรือกำลังปฏิบัติภารกิจอะไรอยู่ก็ตาม แม้แต่ในวงสนทนาหรือการรับประทานอาหารก็สามารถปฏิบัติได้ตามปกติ จะมากน้อยก็ขอให้ทำเท่าที่จะทำได้ เพียงแต่ให้ระลึกถึงตัวเราคือใจที่ต้องรักษาให้สงบอยู่ตลอด และให้ขจัดศัตรูของความสงบออกไปเมื่อเกิดขึ้นทุกขณะจิต

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านได้เน้นในข้อนี้คือเรื่องจิตสงบโดยให้ทุกคนเริ่มด้วยการ "รู้บุญ - รู้บาป" เพราะบางคนทำบาปอยู่ทุกวันแต่ไม่เคยรู้หรือเฉลียวใจเลยว่ากำลังทำบาป เช่น มีความอิจฉาริษยาประจำใจ ชอบคิดร้ายแก่ผู้อื่นแม้ไม่เคยปองร้ายใด ๆ แก่ใครก็ตาม จิตขณะนั้นก็กำลังทำบาปอยู่แต่เจ้าตัวไม่รู้ เพราะผู้ที่ขาดปัญญาเห็นว่าเพียงคิดไปเท่านั้นและไม่เคยคิดที่จะลงไม้ลงมือจะทำอะไร จึงเข้าใจผิดไปว่าไม่ได้ทำบาป พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านยังย้ำว่าคนเราแม้จะไม่ประกอบความดี แต่อย่างน้อยก็ขออย่าประพฤติชั่วหรือทำบาปนั้นเอง การทำบาปก็คือทำสิ่งใด ๆ อะไรก็แล้วแต่ที่เป็นผลให้จิตไม่สงบ ถ้าปฏิบัติเพียงเท่านี้อยู่เป็นนิจ คือไม่ทำบาป จิตก็จะสงบแม้ไม่มาก แต่ถ้าทำเป็นนิจ เป็นเดือน เป็นปี และหลาย ๆ ปีเข้า ความสงบของจิตก็จะมีมากขึ้นเป็นลำดับ อันเป็นผลให้เกิดความสมบูรณ์พูนสุขทั้งร่างกายและจิตใจ การงานก็เรียบร้อยก้าวหน้า ครอบครัวก็อยู่เย็นเป็นสุข เป็นครอบครัวที่ดี เมื่อมีลูก ๆ ก็จะเป็นคนดี มีหลาน ๆ ก็จะเป็นคนดี เพื่อนบ้านก็จะได้เพื่อนบ้านที่ดี ทำอะไร ๆ ก็จะดีไปหมด เมื่อจิตสงบแล้วก็เหมือนร่มโพธิ์ร่มไทร นก กา ก็จะมาอาศัย บริวารก็จะมีมาก ทรัพย์สมบัติก็จะเพิ่มพูน พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านกล่าวว่าอย่างนี้

ขยายความหลักธรรมข้อที่ 3

ประการที่สาม เมื่อได้รู้จักตัวเองคืออะไร และการรักษาตัวเองทำอย่างไร ก็มาถึงตอนที่คนเราหรือตัวเรานั้นต้องอยู่กับบุคคลอื่นทั่ว ๆ ไป หรือคบค้าสมาคมกับบุคคลอื่นโดยทั่วไป จำเป็นต้องมีกติกาหรือหลักเกณฑ์ที่ต้องยึดถือว่า มีอะไรบ้างจึงจะสามารถปฏิบัติหรืออยู่กับผู้อื่นรอบ ๆ ได้อย่างถูกต้อง โดยท่านอาจารย์ฝั้น อาจาโร ให้ทุกคนยึดในศีลห้าอย่างเคร่งครัด ท่านกล่าวว่าคนเรามีศีรษะหนึ่ง แขนสอง และขาสอง รวมเป็นห้า ก็เพราะห้าอย่างนี้แหละที่จะเดินเข้าไปเกี่ยวข้องกับผู้อื่น จึงต้องควบคุมให้อยู่ภายใต้ศีลห้าไว้ เมื่ออยู่ภายใต้ศีลห้าแล้วบุคคลผู้นั้นก็จะไม่มีโอกาสทำให้ผู้อื่นเสียหาย เพราะถ้าไปละเมิดผู้อื่นให้เสียหายก็คือละเมิดศีลห้า เท่ากับบุคคลผู้นั้นมีความประพฤติในทางขาดทุนชีวิต คือทำให้มีปัญหากับผู้อื่น ชีวิตก็จะสงบไปไม่ได้ จิตก็ยิ่งสงบลงไปไม่ได้เลยเช่นเดียวกัน

ท่านได้กล่าวว่า ศีลห้านี้การสมาทานไม่จำเป็นต้องไปรับจากพระสงฆ์ก็ได้เพราะบิดามารดาให้มาตั้งแต่แรกเกิด ศีลห้าก็คือศีรษะหนึ่ง มือสอง และขาสองรวมกันเป็นห้า นี้เองคือศีลห้าที่จะต้องสำรวมเอาไว้อย่าให้ขาดตกบกพร่อง ผู้เขียนขออธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับพื้นฐานของศีลห้าว่าตั้งอยู่กับอะไร ขอกล่าวว่าในเด็กที่เกิดใหม่ ๆ ถือว่ามีแต่ตัวเปล่า ๆ ยังไม่สามารถประกอบกรรมใด ๆ ที่เกิดจากจิตตนเอง ไม่มีทั้งความดีและความชั่ว จึงถือว่าชีวิตของเด็กแรกเกิดนี้อยู่ในภาวะของความเสมอตัว ซึ่งถ้าพูดในทางการค้าก็เท่ากับอยู่ในเส้นพอดีไม่มีกำไรและไม่ได้ขาดทุน ถ้าพูดในทางการเรียนการสอนก็เท่ากับอยู่ที่คาบเส้น 50% พอดี คือสอบไม่ตกและถือว่าสอบได้พอดี เด็กแรกเกิดก็คืออยู่ที่ 50% นี้ และถือว่าสอบได้เช่นกัน คือสอบได้ที่มีร่างกายเป็นมนุษย์นั่นเอง ฉะนั้นเมื่อเติบใหญ่จะต้องทำดีขึ้นให้อยู่สูงกว่าเส้น 50% นี้ แต่ถ้าไปละเมิดศีลห้าเข้า คือทำให้ผู้อื่นเสียหายก็จะเป็นการขาดทุน ทำให้ชีวิตอยู่ต่ำกว่าเส้น 50% นี้ ถือว่าเป็นภาวะตกต่ำของจิตที่จะเข้าสู่อบายภูมิได้ แต่ความเข้าใจของบุคคลไม่น้อยเข้าใจว่าการได้ศีลห้าหรือสมาทานศีลห้า ถือว่าเป็นการกระทำความดี เป็นบุญเป็นกุศล ความเข้าใจนี้ถูกต้องก็ได้และไม่ถูกต้องก็ได้เป็นสองนัย ขออธิบายว่า

ประการแรก ในความหมายว่าถูกต้องนั้น แสดงให้เห็นว่าบุคคลที่ถือศีลห้าแล้วเป็นบุญเป็นกุศลนั้น ก็ต่อเมื่อบุคคลผู้นั้นจะต้องมาจากภาวะที่เป็นบุคคลที่ละเมิดศีลห้ามาตลอด คือ เป็นบุคคลที่อยู่ในระดับต่ำกว่าศีลห้ามาตลอด เช่น ดื่มสุรา หรือชอบลักขโมย หรือเป็นพรานล่าเนื้อ เป็นต้น กลุ่มบุคคลเหล่านี้เมื่อเลิกประพฤติและได้ศีลห้าก็ถือว่าเป็นบุญเป็นกุศล คือระดับจิตใจของเขาได้ยกฐานะให้สูงขึ้นกว่าเดิม

ส่วนประการที่สอง คือเป็นความหมายที่ไม่ถูกต้อง ก็เพราะสำหรับผู้ประพฤติศีลห้าเป็นประจำอยู่แล้ว หรือมีศีลห้าประจำใจอยู่เป็นนิจอยู่แล้ว การประพฤติศีลห้าก็เท่ากับเสมอตัว ยังไม่ได้ทำดีอะไรขึ้นมาเลย การไม่ลักขโมย การไม่ดื่มสุรา การไม่พูดจาปด ฯลฯ เป็นการประพฤติเพียงแค่เสมอตัวเหมือนเด็กเกิดใหม่แบเบาะดังกล่าว เพราะไม่ได้ทำดีให้ใครและไม่ได้ทำดีให้ตนเอง เป็นภาวะที่อยู่เฉย ๆ ไม่ได้ทำให้ชีวิตขาดทุนหรือดีมีกำไรขึ้น ภาวะเช่นนี้ถือว่ากำลังอยู่ในภาวะเสมอทุน ต่อไปถ้าประพฤติดีหรือทำความดีเพียงเล็กน้อย ก็นับว่าชีวิตอยู่ในข่ายของทำความดีหรือเป็นการทำกำไรให้ชีวิตธรรม และถ้าไม่ละเมิดศีลห้าตลอดไปเรื่อย ๆ ความดีที่ประพฤติก็จะสะสมไปเรื่อย ๆ ไม่หายไปไหน พระท่านจึงให้พรเมื่อรับศีลว่า ถ้ามีศีลตลอดไปแม้เพียงแค่ศีลห้าเท่านั้น ก็สามารถถึงนิพพานได้ เนื่องจากการกระทำดีนี้มีแต่จะสะสมมากขึ้นทุกทีไม่ยุบลง นอกจากนี้ศีลนี้ยังเป็นที่มาของโภคะสมบัติทั้งทางโลกและทางธรรมอีกด้วย ดังคำบาลีว่า สีเลนะโภคะสัมปะทา สีเลนะ นิพพุติง ยันติ ถือว่าศีลห้านี้มีความสำคัญอย่างยิ่งในการเจริญธรรมหรือศึกษาพุทธศาสนา อาจกล่าวได้ว่าศีลห้านั้นเปรียบประดุจแผ่นดินอันสมบูรณ์ สมาธิเปรียบเหมือนฝนฟ้าอำนวยสำหรับส่งเสริมความอุดมสมบูรณ์ของแผ่นดินยิ่งขึ้น พร้อมที่จะหว่านพืชลงไปให้เติบโตอย่างงดงาม พืชนั้นก็คือปัญญานั่นเอง ดังนั้น ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นเช่นนี้แล

การวิเคราะห์เรื่องถือศีลห้า

การถือศีลห้าดังกล่าวนั้น ทำได้ทุกคนและทุกระดับ แต่การปฏิบัติศีลห้านั้นไม่เหมือนกันแม้จะเป็นศีลข้อเดียวกันก็ตาม ผลที่ได้รับก็แตกต่างกันไปด้วย หลังจากวิเคราะห์แล้ว ผู้เขียนขอแบ่งระดับการปฏิบัติคร่าว ๆ ออกเป็น 4 ระดับ คือ

ระดับแรก คือผู้มีเจตนาถือศีลห้าด้วยความเกรงกลัวต่อบาป ต้องการประพฤติดีหรือเกรงกลัวว่าจะไม่ได้บุญเมื่อละเมิดศีล ฉะนั้นผู้ถือศีลอยู่ในระดับนี้จึงหมิ่นเหม่ต่อการทำให้เกิดศีลมัวหมอง หรือเป็นมากขึ้นขนาดขาดหายไปก็ได้ เพราะมีความรู้สึกว่าจิตถูกบังคับด้วยศีล และคิดว่าศีลเป็นข้อบังคับจากภายนอกจิตโดยมิได้เกิดออกมาจากจิตเอง ฉะนั้นในบางขณะแม้จะมีสติ-สัมปชัญญะอยู่เต็มก็ตาม ผู้นั้นอาจเกิดความอยากและละเมิดศีลได้โดยทั้ง ๆ ที่รู้ตัวว่าผิดแต่ก็จงใจทำได้บางขณะ เพราะมีความคิดว่าคราวนี้ขอก่อนไว้ไปแก้ตัวคราวหน้าก็ได้

ระดับที่สอง เป็นระดับสูงขึ้นมาอีกเล็กน้อย ที่ให้ความสำคัญมากขึ้นเกี่ยวกับสติ-สัมปชัญญะนั้นมากกว่าระดับแรก โดยถ้ามีสติ-สัมปชัญญะอยู่ก็จะไม่ทำผิด เนื่องจากให้ความสำคัญต่อสติ-สัมปชัญญะเยี่ยงความสำคัญของบิดามารดาต่อบุตรน้อยของตน บุตรน้อยนั้นเทียบกับจิตนั่นเอง แต่เมื่อบิดามารดาไม่อยู่ คือสติ-สัมปชัญญะขาดหายไป ก็จะทำความผิดได้โดยลืมไปว่าตนสมาทานศีลห้าข้อนั้นอยู่

ระดับที่สาม เป็นระดับสูงขึ้นไปอีก คือนอกจากจะมีบิดามารดาเป็นสติ-สัมปชัญญะแล้ว จิตยังมีปัญญาเพิ่มขึ้นอีกข้อหนึ่ง คือ พรหมวิหาร 4 มาประกอบในการประพฤติศีลห้า คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา เข้าประกอบในศีลทุกข้อ ก็จะทำให้การปฏิบัติศีลสมบูรณ์และมีกำลังขึ้นในทุก ๆ ข้อ เปรียบประดุจบิดามารดา (สติ-สัมปชัญญะ) คอยดูแลลูกน้อย (จิต) ให้ประพฤติดี แล้วยังป้อนข้าวป้อนน้ำ (พรหมวิหาร 4) เพื่อให้ลูกน้อย (จิต) เจริญ และมีกำลังในการประพฤติปฏิบัติศีล และให้เติบโตใหญ่ไปได้เรื่อย ๆ ยากแก่การทุศีลเพราะมีพรหมวิหาร 4 เป็นตัวต้านทานเอาไว้ ขอขยายความดังนี้คือ ยกตัวอย่างเช่น การไม่ทำ

ปาณาติบาต ในระดับสามนี้ไม่ใช่เพราะเกรงกลัวต่อบาป ไม่ใช่เพราะเกรงกลัวต่อความผิด และไม่ใช่เพราะเกรงกลัวว่าจะไม่ได้บุญ ฯลฯ แต่เป็นเพราะมีเมตตาต่อสัตว์นั้น โดยใช้ปัญญามองว่าเขาก็รักชีวิต เราก็รักชีวิตเช่นเดียวกัน รวมทั้งอยากให้เขาพ้นทุกข์เพราะกลัวว่าจะถูกทำร้าย (กรุณา) ยินดีที่เขาเป็นสุขอยู่ (มุทิตา) และให้ทุกอย่างจบลงไปเท่านั้น เพราะสัตว์เหล่านั้นก็อยู่ตามสภาพของเขาอย่างนั้น เพราะบุญบารมีเขาทำมาเท่านั้น ไม่เก็บหรือนำมาคิดในเรื่องความทุกข์หรือน่าสงสารของสัตว์นั้น (อุเบกขา) ตัวอย่างศีลข้อสอง คืออทินนาทาน ไม่อยากเอาของเขาเพราะเมตตาต่อผู้เป็นเจ้าของ รวมทั้งความกรุณา มุทิตาและอุเบกขา ตลอดทั้งศีลห้าข้ออื่น ๆ ก็เช่นเดียวกัน ดังนั้นการมีพรหมวิหารธรรมมาเพิ่มให้กับศีลห้าแล้ว ก็จะทำให้การปฏิบัติศีลห้ามีกำลังเพิ่มขึ้นอีกมาก รวมทั้งเกิดความมั่นคงในการปฏิบัติรักษาศีลทุกขณะจิต ทำให้เกิดผลสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ระดับที่สี่ จิตก็มีความตั้งใจที่จะปฏิบัติศีลห้าซึ่งออกมาจากจิตโดยตรงและมีสติ-สัมปชัญญะ และพร้อมกันมีพรหมวิหารธรรมประกอบทุกองค์ศีลแล้วเป็นอย่างดีแบบระดับที่สาม ในระดับที่สี่นี้ยังมีปัญญาในระดับวิมุตมาประกอบการปฏิบัติอีกข้อหนึ่ง คือการละสักกายะทิฏฐิ ซึ่งเกิดออกมาจากภายในจิตใจโดยตรงเช่นเดียวกัน เมื่อจิตละสักกายะทิฏฐิได้แล้ว ก็จะมองเห็นว่าสิ่งต่าง ๆ ทั้งหมดรวมทั้งตัวเองเป็นสิ่งที่ไร้ความหมาย ไม่มีประโยชน์อะไรที่ถาวร ไม่ควรที่ประสงค์เข้าไปยึดติดหรือเอามาเป็นของตัวเอง เพราะทุกสิ่งทุกอย่างอยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ทั้งสิ้น ตรงข้ามถ้าละทิ้งสิ่งเหล่านี้ไปเสีย จิตจะอยู่อย่างสงบได้ดีขึ้นนั่นคือประโยชน์ที่ได้อย่างแท้จริง ดังนั้นเมื่อคิดหรือมีหลักในใจเช่นนี้ การละเมิดศีลห้านั้น จึงนอกจากจะไม่ได้อะไรหรือผลประโยชน์อะไรกับตนเองแล้ว ยังเป็นการทุศีลทำให้ภาวะจิตตกต่ำและเสียหาย เกิดความไม่สงบของจิตอย่างอภัยไม่ได้เลย ฉะนั้นผู้ที่มีศีลในระดับนี้จึงเป็นศีลที่บริสุทธิ์และมั่นคงที่สุดด้วย เพราะเป็นโลกุตระศีล บุคคลประเภทนี้จึงกล่าวว่าเสียชีวิตดีกว่าเสียศีล ซึ่งเป็นสัจจะที่ตั้งเอาไว้ เพราะศีลนี้ถือว่าเป็นอริยะทรัพย์ที่ได้ประพฤติปฏิบัติสะสมมานานแสนนาน จะปล่อยให้สลายหรือทำลายลงไม่ได้ จะรักและรักษาศีลนี้ยิ่งกว่าชีวิตของตน

การวิเคราะห์หลักธรรมทั้งสามข้อ

ถ้าจะวิเคราะห์ลงไปในแนวทางการสอนธรรมะขั้นต้นของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ในเรื่องนี้นั้น ผู้เขียนมีความเห็นว่าเพื่อความเข้าใจง่าย พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านได้ย่นย่อพุทธศาสนาทั้งหมดลงเหลือเพียงธรรมะสามข้อดังที่กล่าวแล้วเท่านั้น (ผู้เขียนเข้าใจเอาเอง เพราะท่านสอนไปเฉย ๆ ไม่เคยบอกว่าย่อ) โดยธรรมะทั้งสามข้อนี้เป็นเพียงหลักการ หรือเป็นเพียงรากฐาน หรือเป็นเพียงเค้าโครงของพุทธศาสนาในชั้นหยาบ ๆ เท่านั้น ท่านผู้สนใจสามารถนำรากฐานธรรมทั้งสามข้อนี้ไปเป็นหลักพิจารณาศึกษาธรรมข้ออื่น ๆ แล้วจะสามารถเข้าใจข้อธรรมที่ยังขัดข้องอยู่ได้อย่างรวดเร็วยิ่งขึ้น รวมทั้งนำเอาไปประกอบทางการประพฤติหรือสมาธิได้อย่างถูกต้องและตรงทางได้อีกด้วย หลักธรรมทั้งสามข้อของท่านพระอาจารย์นี้สามารถนำไปเปรียบเทียบเพื่อให้เข้าใจง่าย คือนำไปเปรียบเทียบกับช่างเขียนรูป เมื่อช่างจะเริ่มเขียนรูปใด ๆ ก็ตาม เขาจะเริ่มด้วยการวางผังของรูป แล้วเริ่มสเก็ตช์หรือสร้างโครงของรูปขึ้นมาคร่าว ๆ ก่อน เพื่อเป็นแนวทางที่จะได้ขึ้นรูปเป็นรายละเอียดต่อไปในภายหลัง ซึ่งจะเขียนภาพให้ละเอียดเพียงใดก็ได้โดยไม่เสียทรง ธรรมะทั้งสามข้อนี้ก็เปรียบเทียบกับโครงร่างหรือรอยเส้นสเก็ตช์ก่อนเริ่มการเขียนภาพนั้นเอง เมื่อมีหลักหรือเค้าโครงของพุทธศาสนาแล้ว การเรียนและการปฏิบัติธรรมขั้นต่อไปจะได้ไม่หลง เช่นเดียวกับช่างเขียนรูปในรายละเอียดตามแนวบังคับของรอยสเก็ตช์ฉะนั้น ก็จะได้รูปที่สมส่วนไม่มีการผิดส่วนหรือบิดเบี้ยว

ธรรมะในข้อที่หนึ่งให้ทราบว่าตัวที่ศึกษาธรรมคือใจ และตัวที่จะได้รับผลคือใจ ตัวที่ต้องแก้ไขตลอดการศึกษาปฏิบัติธรรมคือใจ จนกว่าจะจบหลักสูตรคืออรหันตผล ธรรมะตัวที่สามคือกฎเกณฑ์เบื้องต้นที่บังคับให้ใจดำเนินตามเมื่อจำเป็นต้องดำเนินชีวิตไปเกี่ยวข้องกับผู้อื่นคืออย่าละเมิดศีลห้า ส่วนธรรมะข้อที่สองนั้นคือให้รักษาใจให้สงบ ซึ่งดู ๆ แล้วธรรมะข้อนี้ก็เหมือนธรรมดา ๆ แต่ถ้าพิจารณาให้ลึก ๆ ลงไปแล้วเป็นสิ่งที่ละเอียดมากและสูงมากเพราะเป็นตัวปัญญาเพราะพุทธศาสนาทั้งหมด พระอภิธรรมทั้งหมด ก็สอนให้ทำอย่างเดียวคือทำให้

จิตสงบ สุด ๆ ของความสงบคือมรรคผลและนิพพาน แต่ในระดับต้น ๆ หรือผู้ที่เริ่มสนใจในทางธรรมะพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านเพียงแนะนำว่า เมื่อทราบว่าตัวเราคือใจ ก็ต้องรักษาใจของเราไว้อย่าให้เกิดมีทุกข์ เมื่อเกิดทุกข์ใจก็จะไม่สงบให้แก้ไขเอาออกมาจากความไม่สงบนั้นเสีย การกระทำใด ๆ อันเป็นเหตุให้จิตไม่สงบให้ละเว้นเพราะขณะนั้นกำลังทำบาป ถ้ากระทำสิ่งใดแล้วทำให้จิตสงบลงไปไม่ว่ามากหรือน้อย แปลว่าถูกทางแล้วเพราะเป็นบุญให้ทำต่อไป ท่านได้สอนอยู่เสมอให้รู้ว่าอะไรดี (สิ่งที่ทำให้ใจสงบ) และให้รู้ว่าอะไรไม่ได้ (สิ่งที่ทำให้จิตว้าวุ่น) ให้ละเว้นเสีย ท่านย้ำเสมอว่าเราต้องรู้เรื่อง "บุญ - บาป" นี้เป็นสำคัญ และให้ระลึกอยู่ในใจเสมอ ๆ ถ้าจะพิจารณาหลักธรรมของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร นี้ให้ละเอียดลงไปแล้ว ก็เป็นวิธีกระทำจิตใจให้สงบ รวมทั้งการรักษาใจให้สงบด้วย

ถ้าไม่ศึกษาปริยัติก่อนปฏิบัติธรรมได้หรือไม่

เมื่อปฏิบัติอยู่ได้อย่างนี้เป็นนิจ ก็จะเป็นฐานที่มั่นคงที่จะปฏิบัติธรรมขั้นสูงต่อไป ถ้ามีความปรารถนาก็จะสามารถทำได้ง่ายกว่าผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติและไม่มีหลักธรรมทั้งสามข้อนั้นมาก่อน สามารถปฏิบัติได้เลยโดยไม่จำเป็นต้องเรียนปริยัติก่อน (ตามความเห็นของผู้เขียน) โดยพิจารณาต่อในเรื่องจิตไม่สงบ ความไม่สงบของจิตมีเหตุมาจากทุกข์ และทุกข์มีเหตุมาจากอัตตา แล้วก็แก้ตัวอัตตาหรือดับเสียด้วยไตรลักษณ์* เป็นต้น ที่กล่าวมานี้ก็เท่ากับการเดินอริยสัจสี่แล้ว ผลที่ได้ก็คือการรักษาจิตให้สงบตามที่พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านสอนไว้

ส่วนข้อห้ามละเมิดศีลห้านั้น ถ้าเอาพรหมวิหารสี่มาประกอบก็จะได้ศีลห้าของพรหม แล้วถ้าเอาการละสักกายทิฏฐิมาประกอบก็จะได้ศีลห้าของอริยบุคคล (โสดาบัน) ส่วนข้อธรรมที่มีอยู่ในพระไตรปิฎกนั้น เป็นคำศัพท์สำหรับอธิบายถึงเหตุผลและวิธีการหรือหนทางที่จะปฏิบัติให้จิตสงบเท่านั้น ด้วยคำศัพท์เหล่านี้จึงสามารถอธิบายข้อธรรมต่าง ๆ ให้ผู้อื่นเข้าใจได้ ทำนองเดียวกันกับวงการแพทย์

---

* ไตรลักษณ์ คือ ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปในที่สุด

มีความจำเป็น เช่น ต้องตั้งชื่อกระดูกทุกชิ้น กล้ามเนื้อทุกมัดของร่างกาย เพื่อสามารถอธิบายได้ว่าเมื่อกระดูกชื่ออะไรหัก ที่แขนหรือขา หักแล้วงอหักไปทางไหนเพราะการดึงของกล้ามเนื้ออะไรบ้าง เมื่อจะรักษาให้กระดูกเข้าที่ จะต้องจัดการกับกล้ามเนื้อเหล่านั้นชื่ออะไรบ้าง จำนวนกี่มัด และจะต้องดึงแขนขาที่หักไปทางทิศใด จึงจะสู้กับกล้ามเนื้อเหล่านั้นได้ กระดูกจึงจะเข้าที่ ดังนั้นทั้งผู้สอนและผู้ฟังจำเป็นต้องทราบชื่อของกระดูกชิ้นนั้นและกล้ามเนื้อต่าง ๆ ที่มาเกาะ จึงจะเข้าใจกันอย่างละเอียดลออดังที่ครูแพทย์อธิบายให้ศิษย์ฟัง หรือการปรึกษาหารือระหว่างแพทย์ด้วยกัน ถ้าผู้เอากระดูกเข้าที่เป็นหมอเถื่อนที่ชำนาญ ก็อาจสามารถเอากระดูกเข้าที่ได้แต่อาจไม่ดีเท่าแพทย์แผนปัจจุบัน เพราะไม่ทราบสาเหตุที่แท้จริงของกระดูกที่หักเหและงอไปเกิดจากกล้ามเนื้ออะไร การแก้ไขก็เป็นเพียงดึงให้เข้าที่เท่านั้น นอกจากนั้นก็ไม่สามารถอธิบายให้ชาวบ้านที่มุงดูอยู่เข้าใจได้ เพราะทั้งหมอเถื่อนและชาวบ้านที่มุงดูไม่รู้จักชื่อกระดูก และไม่รู้จักชื่อกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องก็เลยพูดหรืออธิบายกันไม่ได้

ความรู้และคำศัพท์ต่าง ๆ ในพระอภิธรรมก็เช่นเดียวกัน มีไว้สำหรับให้ผู้รู้สามารถอธิบายขั้นตอนของความสงบของจิตหรือภาวะของจิตว่ามีปัญหาอะไร เพราะอะไร และจะแก้ไขได้อย่างไร และจะฝึกให้ก้าวหน้าได้อย่างไร การสอนหรือสื่อความหมายให้เข้าใจซึ่งกันและกัน จึงจำเป็นต้องมีการบัญญัติศัพท์ทางธรรมะขึ้นมาเพื่ออธิบายลักษณะหรือสภาวะของจิต รวมทั้งการพัฒนาความสงบของจิตให้ทำอย่างไรจากระดับที่เป็นอยู่แล้วยกระดับให้สูงยิ่ง ๆ ขึ้น ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงได้สั่งสอนเอาไว้และได้เขียนไว้ในพระอภิธรรมทั้งหมด แต่ผู้ที่ไม่เคยเห็นและไม่เคยรู้พระอภิธรรมเลยก็สามารถบรรลุอรหันต์ได้ คือ พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลายที่สามารถบรรลุธรรมด้วยตนเองโดยไม่เคยมีครู แต่ก็ไม่สามารถถ่ายทอดหรือสอนผู้อื่นได้เพราะไม่มีคำศัพท์ในธรรมะที่จะเรียกหรืออธิบายให้ผู้อื่นฟังได้จึงเหมือนกับเป็นใบ้ ฉะนั้นเมื่อเราเป็นเพียงคนธรรมดามุ่งหวังเพียงการบรรลุธรรมขั้นสูงหรือไม่สูงนักตามอัธยาศัยของแต่ละบุคคล โดยคงไม่ประสงค์ที่จะบรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณสำเร็จเป็นพระพุทธเจ้าองค์ใหม่ ก็ไม่จำเป็นต้องศึกษาพระอภิธรรมโดยละเอียดให้จบก่อนก็ได้ คือลงมือปฏิบัติธรรมเลย โดยถือว่าการปฏิบัติ

สำคัญกว่าการรู้โดยการเรียนพระอภิธรรมอย่างพิศดารแบบสุตะและจินตามยะปัญญา ซึ่งก็ยังประโยชน์ไม่ได้จนกว่าจะมีภาวณามยะปัญญาโดยการปฏิบัติเสียก่อน จึงจะยังประโยชน์ให้เกิดได้จริง ฉะนั้นการเรียนปริยัตินั้นเป็นของดี แต่จะดีที่สุดเมื่อมีการปฏิบัติ ขอได้อย่าหลงปริยัติจนลืมปฏิบัติจะไม่เกิดผลดีดังคาดหวังนัก ดังเช่นแพทย์ผู้อยู่กับศพแต่ไม่เคยปลงกัมมัฏฐาน ประโยชน์ในทางธรรมก็เกิดไม่ได้ หรือเป็นเหมือนมดแดงรักษาผลมะม่วงหรือทัพพีไม่เคยรู้รสแกงฉันนั้น

การหลงทางในทางธรรม

ผู้เขียนมีความเห็นว่า โดยการยึดหลักสามประการของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ดังกล่าว ที่ท่านได้กรุณาย่นย่อหลักธรรมของพุทธศาสนาซึ่งมีอยู่มากมายเหลือเกิน ให้ผู้ที่เริ่มต้นศึกษาปฏิบัติธรรมได้รู้ถึงธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างคร่าว ๆ โดยรวมไว้เป็นหลักการศึกษาและปฏิบัติธรรมต่อไป พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ท่านได้ให้ความสำคัญต่อหลักธรรมทั้งสามประการของท่านนี้แก่ศิษย์ผู้เริ่มต้นทุกคน เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติไปได้ทีละเล็กทีละน้อยก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ แม้จะช้าหรือจะเร็วก็ตาม ก็สุดแท้แต่ความปรารถนาและบุญญาบารมีของผู้ปฏิบัตินั้น ๆ ข้อสำคัญก็คือการยึดหลักธรรมเหล่านี้ไว้พิจารณาเพื่อไม่ให้หลงทางในการปฏิบัติธรรม การหลงทางในการปฏิบัติธรรมนี้ มิใช่เป็นเพียงสิ่งเล็กน้อยตามความคิดทั่ว ๆ ไปว่าเป็นเพียงอุปสรรคชั่วคราวในการปฏิบัติธรรม คือเป็นไปอย่างไม่ก้าวหน้าหรือช้าเกินควร แต่ในความเป็นจริงนั้น ความหลงนี้อาจเป็นอุปสรรคที่ใหญ่โตจนทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมหลงในสภาวะธรรมหลงทางในการปฏิบัติธรรม หรือหลงในความเข้าใจในธรรมที่ผิดเพี้ยนไป จนทำให้ความหลงนี้ปิดกั้นไม่ให้ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นไปอย่างไม่ก้าวหน้า หรือติดอยู่ไม่สามารถข้ามหรือยกระดับจิตใจให้สูงกว่าสภาวะธรรมนั้นได้จนตลอดชีวิต ทำให้การปฏิบัติธรรมทั้งชีวิตจบสิ้นลงไปตรงนั้นไม่ก้าวหน้าขึ้นไปอีกอย่างน่าเสียดาย เท่ากับเสียเวลาไปหนึ่งชีวิตที่ทุ่มเทให้กับการปฏิบัติธรรมที่ได้ผลไม่คุ้มค่า การหลงป่านั้นเป็นสิ่งที่เล็กน้อยเมื่อเปรียบเทียบกับการหลงทางในธรรม เพราะการหลงป่าเริ่มต้นไปไม่นานก็รู้ว่าตนหลงป่าแล้ว

พยายามหาทางออก ไม่ช้าก็เร็วก็สามารถออกจากป่าได้ถ้ามีเสบียงหรืออาหารพอ แต่การหลงทางในการปฏิบัติธรรมนั้น ผู้หลงไม่เคยทราบว่าตนเองหลงทาง ยิ่งไปกว่านั้นผู้หลงผิดยังมีความเชื่อว่าสิ่งที่ตนกำลังปฏิบัติอยู่นั้นเป็นสิ่งที่ถูกต้อง ทั้ง ๆ ที่ความเป็นจริงเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง แม้จะมีผู้มาบอกมาสอนผู้หลงผิดก็ไม่รับฟัง นอกจากผู้มาสอนหรือบอกมีบารมีสูงมากหรือเป็นผู้ที่ผู้หลงผิดเคารพสูงมากจึงจะเชื่อฟัง นอกจากเมื่อผู้หลงทางธรรมสามารถออกจากความหลงได้แล้ว จึงจะยอมรับว่าตัวเองได้หลงไป ผิดจากการหลงป่าที่ผู้หลงป่าสามารถรู้ว่าตนหลงป่าขณะกำลังหลงอยู่และยังหาทางออกไม่ได้ จึงเห็นได้ชัดว่าการหลงป่านี้สามารถแก้ไขได้ง่ายกว่าการหลงในธรรมอย่างชัดเจน

ฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลายถ้ามีหลักธรรมของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ประกอบพิจารณาสภาวะธรรมที่ตนปฏิบัติอยู่ ก็จะสามารถหยั่งรู้ได้เองว่าสิ่งที่ปฏิบัติอยู่นั้นถูกต้องหรือไม่ โดยการใช้หลักธรรมทั้งสามประการนั้น โดยเฉพาะข้อที่สอง คือการปฏิบัติธรรมอะไรอย่างไรก็แล้วแต่ ทำใจให้จิตสงบลงแปลว่าเป็นหนทางที่ถูกต้อง และตรงข้ามถ้าการปฏิบัติธรรมแล้วจิตไม่สงบหรือต้องออกจากความสงบเดิมถือว่าไม่ถูกต้องให้งดเว้น

ยกตัวอย่างเช่น การทำสมาธิแล้วเกิดถึงขั้นเอกคตา เกิดความสุขมากและพึงพอใจมาก วันต่อ ๆ ไปขอตั้งความประสงค์ว่าการทำสมาธิครั้งต่อไปนี้ขอให้เกิดเอกคตาอีก เมื่อเกิดเช่นนี้ถ้าใช้หลักข้อสองของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร มาพิจารณาก็จะทราบว่าได้หลงทางปฏิบัติแล้ว เพราะจิตมีกิเลสอยากได้ของเดิม และประการที่สอง ขณะที่จิตสงบลงสู่เอกคตา (ความนิ่งในสมาธิจิต) แทนที่จิตจะปล่อยวางเฉย แต่เนื่องมาจากความสุขที่ได้สัมผัสทำให้จิตไปยึดติดกับตัวนิ่งในสมาธิจิตหรือความสุขที่เกิดขึ้น (อัตตา*) ทำให้เกิดทุกข์ซ้อนขึ้นมาในความสงบนี้โดยอาจไม่รู้ตัว เมื่อเป็นเช่นนี้อาจนำไปสู่ผลเสียได้มากน้อยแค่ไหนย่อมสุดแท้แต่ความรุนแรงของตัวอัตตานั้น อย่างน้อยที่สุดก็เป็นเหตุให้หลงทางการปฏิบัติธรรม ทำให้เสียเวลาไปมากน้อยเท่าใดก็สุดแต่จะประเมินได้เพราะเกี่ยวกับบุญญาบารมีของ

---

* อัตตา คือ การยึดถือ หรือยึดเอาด้วยจิต

ผู้นั้น ในขั้นที่เป็นมากก็อาจจะถึงขั้นจิตวิปลาส (จิตแตก) ซึ่งมีเกิดขึ้นได้บ้างในกลุ่มที่ไม่มีครูฝึกสมาธิ

ตัวอย่างการหลงในปุถุชนธรรมดาที่ระดับจิตยังต่ำ เช่น ผู้ที่ตั้งใจจะใส่บาตรในตอนเช้าแต่บังเอิญตื่นสายไปหน่อย จึงรีบกระวีกระวาดจัดหาอาหารอย่างกังวลใจ (ทุกข์) เพราะเกรงว่าจะไม่ทันเวลา ซึ่งเป็นได้ที่จิตมีการกำเริบสู่อารมณ์เสีย (ทุกข์มากขึ้น) ถึงกับเลยไปดุว่าผู้คนที่ช่วยอยู่รอบข้าง โดยจิตมีเป้า (อัตตา) อยู่ที่จะให้ได้อาหารทันเวลา ตัวอย่างนี้แสดงว่าความเสียหายของจิตที่เกิดขึ้นขณะเตรียมอาหารนั้นมากมายกว่าผลที่จะได้จากการได้ใส่บาตร โดยเฉพาะอย่างยิ่งแม้ใส่บาตรเสร็จสิ้นไปแล้วอาจจะมีอารมณ์ขุ่นเคือง (อัตตา) กับผู้ช่วยในครัวที่ถูกดุไปแล้ว แต่หลงเหลือครุ่นคิดรบกวนจิตใจต่อไปอีกนาน ถ้าผู้นี้มีหลักธรรมดังกล่าวที่ว่า ทำอะไรก็แล้วแต่ทำแล้วจิตสงบลง ก็แปลว่ากำลังทำสิ่งที่ถูกต้อง แต่ถ้าทำอะไรอยู่แล้วทำให้จิตไม่สงบหรือว้าวุ่นแปลว่าผิดทางให้เลิกเสีย ดังนั้นผู้ที่ประกอบอาหารใส่บาตรนี้ก็จะพิจารณาดูจิตของตนอยู่ตลอดเวลา ถ้าทราบว่าจิตเสียความสงบไปก็เลิกทำเลิกคิดเสีย จะทำหรือประกอบอาหารส่วนที่ทำได้โดยยึดและประคับประคองจิตให้สงบสำคัญกว่าสิ่งอื่นใด ท่านผู้นั้นก็จะสามารถประคับประคองจิตให้สงบอยู่ รอดพ้นจากศัตรูของความสงบตลอดจนรอดฝั่งไม่เกิดความเสียหายต่อจิตจนประกอบอาหารเสร็จ

ในธรรมข้อนี้ผู้ที่ถนัดการเจริญสติก็จะบอกว่า ขอให้มีสติอยู่ก็พอแล้วอารมณ์เสียก็ไม่เกิด ผู้เขียนขอแสดงความคิดเห็นว่าจะกล่าวอย่างนั้นก็ถูกต้อง แต่การเจริญสตินั้นไม่ใช่การเจริญปัญญา การมีสติแล้วปัญญาอาจจะไม่เกิดตามความมุ่งหมายที่ควรก็เป็นได้ โดยเฉพาะปัญญาในระดับสูงที่สติเกาะติดอยู่กับความว่างและเพลิน (อัตตา) ในความว่าง จิตจะนิ่งและปัญญาก็ไม่เกิด การประเมินสภาวะของความสงบเป็นการเจริญปัญญาโดยตรง เมื่อพิจารณาปัญญาสติย่อมมีด้วย เมื่อใช้การพิจารณาปัญญาเป็นตัวหลัก สติจะตามมาเองเพราะสติเป็นตัวตามประกบตลอด หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งก็คือ ปัญญาเกิดขึ้นโดยมีรู้ตัว (สัมปชัญญะ) เป็นตัวประกบ และรู้ตัวก็มีสติเป็นตัวประกบตลอดเช่นเดียวกัน เมื่อพิจารณาปัญญาให้เห็นว่าจิตมีอัตตากับการตื่นสายและการประกอบอาหารให้ทันเวลา ทำให้จิตออก

จากความสงบ แล้วจากอัตตาแรกตัวนี้ จิตก็เคลื่อนไปสู่ความกังวลอยู่กับการทำอาหารและเวลาที่ต้องเสร็จให้ทัน ซึ่งเป็นตัวอัตตาตัวต่อไปเพิ่มขึ้นอีกขั้นหนึ่ง ทำให้จิตออกจากความสงบมากขึ้นอีกขั้นหนึ่งด้วย ตัวอัตตานี้รุนแรงขึ้นเท่าใด ตัวปัญญาจะหายไปและตัวสติก็จะลดน้อยลงเท่านั้นและหายไปในที่สุด อันนำไปสู่การมีอารมณ์ไม่ได้ควบคุมจนเกิดอารมณ์เสียดังกล่าว ซึ่งเป็นผลเสียหายต่อความสงบของจิต พึงแก้ไขและละเว้นตั้งแต่ตอนต้น ๆ ก่อนความเสียหายจะเกิดขึ้นมาก เพราะขบวนการที่เกิดขึ้นนั้น เกิดขึ้นและขยายใหญ่ได้อย่างรวดเร็วเหมือนไฟลามทุ่ง ให้มีตัวสติหยุดเอาไว้แล้วใช้ตัวปัญญาถอนออกจากความไม่สงบนั้น ๆ ตัวปัญญาคือตัวที่รู้จักวัดความสงบของจิตนั่นเอง รวมไปถึงความสามารถที่กอบกู้จิตออกมาจากตัวอัตตานั้น ๆ มิฉะนั้นแล้วก็จะเป็นบ่อเกิดแห่งทุกข์ตั้งแต่ขั้นน้อยไปจนถึงขั้นหนัก ๆ ได้ด้วย

ทั้งสองตัวอย่างนี้ได้แสดงให้เห็นถึงปัญหาการปฏิบัติธรรมที่เกิดขึ้นได้ในระดับบุคคลหรือปุถุชนธรรมดา และในระดับสูงก็เกิดขึ้นได้ทุกระดับ ถ้ามีครูอยู่ใกล้ก็สามารถไต่ถามและขอความช่วยเหลือได้ แต่ถ้าไม่มีครูหรือผู้ปรึกษาก็หมิ่นเหม่ต่อการเข้าใจผิดและหลงไปในที่สุด ในกลุ่มหลังนี้คือระดับสูงกว่า จำเป็นต้องมีหลักการของการพิจารณาสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นในตนนั้นว่าถูกต้องตามคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือผิดเพี้ยนออกไป โดยใช้ความสงบของจิตเป็นหลัก เพราะทุกปัญหาที่เกิดขึ้นมักมีตัวอัตตาเกิดขึ้นก่อนในจิตเสมอ แล้วตัวอัตตานี้มีผลหรือบังคับทำให้จิตออกจากความสงบหรือเสียความสงบ (ทุกข์) ถ้าน้อย ๆ ก็จะหยุดอยู่แค่นั้น ถ้ามากก็ขยายได้ใหญ่โตและกว้างขวางอย่างไม่มีขีดจำกัด โดยมีตัวแปรจากภายนอกและภายในอีกมาช่วยเพิ่มให้ เช่น กิเลส ตัณหา อุปาทาน สิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวที่จะส่งตัวแปรและตัวขยายเข้าไปเพิ่มเติมให้ลุกลามใหญ่โตขึ้นไปอีก

วิธีที่ดีที่สุดก็คือการป้องกันหรือคุมกำเนิดตั้งแต่ต้น คือ ต้องใช้สติ-ปัญญาคอยสอดส่องดูแลความสงบของจิตทุกขณะ เมื่อพบว่าจิตเริ่มเคลื่อนออก (สมุทัย) หรือมีอัตตาเริ่มเกิดแล้ว (ทุกข์) ให้ใช้ตัวสติเป็นตัวหยุดหรือห้ามล้อ แล้วใช้ปัญญาแก้ไขตัวอัตตาให้หมดไป (นิโรธ) ก่อนที่ตัวอัตตาจะขยายใหญ่โตขึ้นและ

แนบแน่นกับจิตจะยากแก่การแก้ไขได้ เมื่อพินิจพิจารณาในเรื่องจิตสงบในระดับหนึ่งมากหรือน้อยก็ตามตลอดเวลาในการปฏิบัติธรรม และแม้เมื่อออกจากการปฏิบัติธรรมให้ภาวะจิตสงบนี้คงอยู่ได้ (มรรค) ความก้าวหน้าในธรรมก็จะเกิดขึ้นโดยไม่มีอะไรมาติดขัด แต่การปฏิบัติเช่นนี้ให้ได้นั้น อาจจะง่ายสำหรับผู้มีระดับจิตระดับหนึ่ง แต่ก็ไม่ง่ายนักสำหรับผู้มีระดับจิตอีกระดับหนึ่ง แต่ก็ขอให้พยายามพินิจพิจารณาและปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง สักวันในภายภาคหน้าท่านก็จะสามารถบรรลุถึงจุดนั้นที่เคยว่ายากนั้นได้ เมื่อถึงจุดนั้นแล้วท่านจะรู้สึกว่าไม่ยากเลยหรือรู้สึกว่าง่าย ๆ ด้วยซ้ำไป เช่นเดียวกับคนอดสุรา เมื่ออดได้แล้วจะรู้สึกว่าไม่เห็นมีอะไร แต่ขณะกำลังอดอยู่จะรู้สึกลำบากอยู่บ้าง หรือลำบากมากก็สุดแท้แต่เป็นราย ๆ ไป

การสรรหาบุคคลหรือสงฆ์ที่จะนับถือ

มีพุทธศาสนิกชนมากมายยังมีปัญญาไม่พอที่จะพิจารณาบุคคลหรือสงฆ์ว่ามีระดับจิตหรือบุญญาบารมีว่าควรนับถือเพียงไร โดยเฉพาะเรื่องของสงฆ์รูปใดที่เราจะให้ความสำคัญว่าควรให้ความเคารพนับถือเป็นพระประจำตัวหรือครอบครัวจะเหมาะหรือไม่ ในเมื่อเป็นเช่นนี้ทำให้พุทธศาสนิกชนมากมายใช้หลักการของมงคลตื่นข่าว เห็นคนหมู่มากเคารพพระสงฆ์รูปไหนมีมากเป็นพิเศษก็ปฏิบัติตามกันไป โดยเฉพาะเมื่อมีคนใหญ่คนโตหรือมีระดับด๊อกเตอร์หลายคนมานับถือ ก็จะมีผู้นับถืออื่น ๆ พากันนับถือตามกันไปโดยไม่ใช้สติปัญญาสำหรับพิจารณาเป็นของตนเอง ดังที่เกิดขึ้นในประเทศของเราอยู่เนือง ๆ ที่เห็น ๆ กันอยู่ นอกจากจะมีผลเสียเกิดขึ้นกับตนเองแล้ว ยังทำให้มีผลเสียต่อพุทธศาสนาในส่วนรวมอีกด้วยทั้งในระยะสั้นและระยะยาวไม่มากก็น้อย เพราะในเมื่อประชาชนไม่ทราบและไม่มีความรู้ว่าพระสงฆ์ที่ดีเป็นอย่างไร ทำให้สงฆ์ย่อหย่อนในปฏิปทา ประชาชนก็ไม่รู้ดูไม่ออก ทำให้สงฆ์กำเริบขึ้นได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งประชาชนผู้เบาปัญญามักมีความปรารถนาให้สงฆ์ทำหรือประพฤติในสิ่งที่ตนปรารถนา ซึ่งอาจจะไม่รู้ว่าการกระทำเช่นนั้น จะทำให้สงฆ์มัวหมองหรือย่อหย่อนหรือหลงทางปฏิบัติธรรมเพื่อหลุดพ้น

ฝ่ายสงฆ์เองซึ่งปฏิปทาย่อหย่อนอยู่แล้วก็อนุโลมทำตาม ประชาชนผู้เขลาหมู่มากก็ยิ่งชอบใจนิยมสงฆ์เหล่านั้น ทำให้มีชื่อเสียงขึ้นได้ อันอาจเป็นผลให้ความศรัทธาศาสนาเสื่อมลงไปในระยะยาว ดังนั้นขอให้พุทธศาสนิกชนทั้งหลายช่วยกันคนละไม้คนละมือเพื่อสืบต่อพระพุทธศาสนาของเราเอาไว้ให้สมกับบรรพบุรุษของเราได้รักษาไว้ยืนยาวกว่า 2000 ปีมาแล้ว

ฉะนั้นพุทธศาสนิกชนที่ดีควรจะมีวิธีที่จะวัดหรือเลื่อมใสในปฏิปทาของสงฆ์รูปที่จะให้ความเคารพนับถือแต่ละรูปว่าควรให้ความนับถือเพียงใด สมควรมอบกายถวายชีวิตฝากจิตและวิญญาณไว้กับสงฆ์รูปนั้นได้หรือไม่ หลักการนั้นก็ไม่ยากนัก เพียงแต่ใช้หลักของพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร ข้อที่สองพิจารณา (เป็นความเห็นส่วนตัวของผู้เขียนเอง) ให้สังเกตการพูดหรือการแสดงออกของสงฆ์นั้นในรูปต่าง ๆ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง เพื่อจิตของท่านได้สงบหรือไม่ ถ้าเป็นไปในทางที่กระทำให้จิตของท่านสงบหรือความเป็นจิตสงบของท่านไม่เปลี่ยนแปลงไม่ว่าสิ่งที่มากระทบเป็นอะไรก็แปลว่าถูกต้อง รวมทั้งคำพูดของท่านที่แสดงออกมาก็แสดงถึงความสงบของจิตของท่าน และไม่ไปรบกวนความสงบของจิตผู้อื่นก็ถูกต้อง รวมทั้งไม่ติด (อัตตา) อยู่กับกายหรือสิ่งของต่างๆ ภายนอกกายยกตัวอย่างเช่น มีพระรูปหนึ่งสนทนากับแขกฆราวาสว่า "เมื่อวานนี้ผู้คนมาวัดเต็มไปหมดเป็นหมื่น ๆ คน อาตมาพรมน้ำมนต์จนแขนเมื่อยไปหมดจนวันนี้ก็ยังไม่หาย" ท่านกล่าวพร้อมกับสีหน้าและท่าทางกังวลกับการปวดแขนของเท่าน แสดงว่าพระรูปนั้นจิตยังสงบไม่ถึงขั้น เพราะยังมีอัตตาในตัวเอง (แขน) ยังห่วงตัวเองอยู่มาก สงฆ์ในระดับนี้อาจจะแฝงไว้ด้วย "อัตตา" อื่น ๆ เสมอเพราะท่านยังละไม่หมด ในสมัยนี้โดยเฉพาะในอัตตาการสะสมเงินทองมีมาก การรับซองเงินหรือการรับแต่เช็คนั้นไม่แตกต่างกัน ขอให้ดูและวิเคราะห์ว่าท่านรับไปด้วยอัตตาเอาเข้าตนหรือไม่เป็นสำคัญ รวมทั้งการสร้างเครื่องรางของขลัง ถ้าสร้างเพื่อจูงใจให้ผู้คนเข้าวัดปฏิบัติธรรมก็ไม่เป็นไร แต่อย่าสร้างเพื่อประโยชน์ส่วนตน โดยมุ่งหวังจะได้เงินทอง ชื่อเสียง ลาภและสักการะ แม้จะเป็นแบบให้วัดครึ่งตัวเองเอาครึ่งก็ยังยอมรับไม่ได้ ตรงข้ามพระอีกรูปหนึ่งซึ่งศิษย์ทั้งหลายเป็นห่วงว่าท่านสงเคราะห์พบปะญาติโยมมาหาจนไม่มีเวลาพักผ่อนจึงต้องการจะกำหนดเวลาเยี่ยมให้ แต่พระรูปนั้นก็สั่งห้ามและ

เมตตากล่าวว่า "อาตมานั้นมีนาอยู่ทุ่งหนึ่งตอนนี้เลิกทำหลายปีแล้ว ใครอยากจะมาทำนาในทุ่งนั้นก็มาทำนาได้และเก็บเกี่ยวไปได้เลยไม่คิดค่าเช่า เพราะถ้าใครไม่มาทำผืนนาก็ร้างว่างเปล่าไม่มีประโยชน์เสียเปล่า ๆ" เมื่อลูกศิษย์ไม่เข้าใจท่านก็จะแปลความหมายว่า นาทุ่งนั้นก็คือกายของอาตมานี้เอง อาตมาไม่ใช้มันนานแล้ว แสดงว่าพระรูปนั้นอย่างน้อยก็น่าจะอยู่ระดับอริยสงฆ์คือพระโสดาบันขึ้นไป หรืออาจอยู่ในระดับไม่มีอัตตาในกายและสังขารแล้วก็ได้ คืออาจจะอยู่ในระดับพระอรหันต์นั่นเอง เมื่อพุทธศาสนิกชนทั้งหลายมีปัญญาแยกแยะพระสงฆ์ได้มากถึงเพียงนี้ ก็จะทำให้สงฆ์เองต้องระวังตัวไม่กล้าประพฤติย่อหย่อนในพระธรรมวินัย อันเป็นการทำนุบำรุงและจรรโลงให้พระพุทธศาสนามั่นคงสืบไป และเป็นการขจัดสมมุติสงฆ์ที่อาศัยผ้าเหลืองทำมาหากินออกไปในตัวด้วย

สุดท้ายนี้ขอให้สติปัญญา บุญญาและบารมี ของท่านผู้อ่านและผู้ที่สนใจในธรรม จงเป็นปัจจัยส่งผลให้ท่านทั้งหลายบรรลุและก้าวหน้าในทางปฏิบัติธรรม จนมีดวงตาเห็นธรรมและสามารถก้าวออกจากสิ่งพันธนาการที่ติดอยู่ทั้งปวงได้สำเร็จช้าหรือเร็วตามความปรารถนาและภูมิสติปัญญา บุญญา บารมีของท่านโดยไม่หลงทางเทอญ สำหรับท่านผู้ยังไม่สนใจในธรรม ก็ขอให้มีดวงตาเห็นความสำคัญของธรรม แล้วหันมาสนใจและปฏิบัติธรรม แม้เพียงไม่มาก ในขั้นตอนใดตอนหนึ่งก็ยังดี แล้วท่านจะทราบว่าระดับจิตของท่านเองที่คิดว่าดีแล้ว (สูงแล้ว) จะเป็นระดับที่น่าจะทำให้สูงขึ้นไปอีกได้ ผลที่ได้รับคือความสุขสมบูรณ์จะเกิดขึ้นได้มากกว่าที่เคยคาดคิดไว้เดิม พร้อมกับจะนำความเป็นสิริมงคลมาสู่ท่านและครอบครัวในที่สุดเป็นแม่นมั่น

"สำนักกัมมัฏฐานเพ่งบุญ"

น.พ. ชัยเยนทร์ รัตนวิจารณ์

38 ซอย 4 ถนนเสรี 2

สวนหลวง กรุงเทพฯ 10250

02.15 น. 19 กรกฎาคม 2538

เจ้าภาพขอขอบคุณท่านผู้มีเกียรติที่กรุณาเสียสละเวลาและบริจาคปัจจัยร่วมทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แก่

คุณแม่ขวัญ รัตนวิจารณ์

ขอให้ผลบุญกุศลที่เกิดขึ้นเป็นอนิสงส์ดลบรรดาลให้ท่านมี อายุ วรรณะ สุขะ พละ และความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าสมดังปราถนาทุกประการ